

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	りんごジュース	3	牛乳 ★	4	スキムミルク	5	飲むヨーグルト	6	牛乳 ★★	7	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(にら・豆腐)、鶏肉と野菜のトマト煮、白菜の磯和え		御飯、みそ汁(大根・えのぎ)、豆腐の中華煮、ほうれん草のナムル、オレンジ		御飯(玄米)、みそ汁(じゃがいも・油揚げ)、豚肉の生姜炒め、にんじんサラダ		御飯、みそ汁(もやし・小ネギ)、鮭の竜田揚げ、大根とささみのあえ物、グレープフルーツ		御飯、きのこのスープ、ハンバーグ、キャベツの胡麻マヨネーズあえ		カレーライス、チーズ、ゼリー	
午後	みかんゼリー、コーンクッキー		冷やしそうめん、麦茶		マーブル蒸しパン、牛乳		とうもろこし、ビスケット、牛乳		アイス		せんべい、野菜ジュース	
午前	9		10	牛乳	11	スキムミルク	12	牛乳 ★	13		14	
昼食			ナポリタン、野菜スープ、塩ゆで枝豆、チーズ		御飯、すまし汁(豆腐・しめじ)、たらの西京焼き、そぼろ肉じゃが、キウイフルーツ		御飯、みそ汁(キャベツ・にら)、鶏のから揚げ、もやしの中華風和え物		お弁当持参		お弁当持参	
午後			鮭わかめおにぎり、麦茶		プリン、鉄・カルウエハース		焼きそば、麦茶					
午前	16	オレンジジュース	17	麦茶	18	牛乳 ★★	19	スキムミルク	20	麦茶 ★	21	麦茶
昼食	ハヤシライス、マセドアンサラダ、ジョア		御飯、みそ汁(玉ねぎ・南瓜)、あじの味醂しょうゆ焼き、ビーフン炒め		ポークカレーライス、コンスープ、キャベツとツナのサラダ、ヨーグルト		御飯、みそ汁(なす・小松菜)、タンドリーチキン、カラフルサラダ、キウイフルーツ		麦御飯、みそ汁(しめじ・豆腐)、ポークケチャップ、切干し大根の中華和え		豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、みかんヨーグルト	
午後	型抜きチーズ、ビスコ、野菜ジュース		お麩ラスク、牛乳		りんごのコンポート、(以)せんべい		きな粉トースト、牛乳		フライドポテト、牛乳		米粉のタルト、牛乳	
午前	23	麦茶	24	スキムミルク ★	25	牛乳	26	麦茶	27	牛乳	28	麦茶
昼食	菜飯、みそ汁(なめこ・ねぎ)、炒り鶏、納豆あえ		中華丼、わかめスープ、フルーツヨーグルト		御飯、みそ汁(いんげん・白菜)、夏野菜オムレツ、ポテトサラダ		御飯、具沢山汁、さばの塩焼き、ひじきの炒め煮、オレンジ		冷やしうどん、ちくわの磯部揚げ、ぶどうゼリー		パン、豆乳南瓜スープ、スパニッシュオムレツ、プリン	
午後	お豆腐ドーナツ、牛乳		(未)スティックパン (以)ぶどうパン、牛乳		ソファールヨーグルト、カルシウムせんべい		ごまおこし、カミカミ昆布(以上児)、牛乳		しらすチーズおにぎり、麦茶		野菜ビスケット、ジョア	
午前	30	スキムミルク	31	牛乳								
昼食	御飯(玄米)、中華スープ、マーボー茄子、ハンサンスー、バナナ		醤油ラーメン、焼きぎょうざ、寒天入りサイダーボンチ									
午後	クリームパン、牛乳		五平餅、麦茶、食べる小魚(以上児)									

★ 今月のリクエストメニュー ★

★星組

さん(3日)和風あんかけハンバーグ、豆腐料理
うどん、鶏そぼろ丼
さん(20日)フライドポテト、スティックパン、フルーツ

★月組

さん(9日)アイス、きゅうり、ラーメン

★太陽組

さん(9日)とうもろこし、ハンバーグ、スイカ
さん(14日)からあげ、フライドポテト
さん(18日)カレーライス、コンスープ、フルーツ
さん(18日)カレーライス、いちご
さん(24日)カレー、ぶどうパン、フルーツ、アイス



今月の平均給与栄養量

	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
未満児	平均値	444	16.8	14.2	185
	目標値	463	18.5	12.9	213
以上児	平均値	537	19.4	17.1	206
	目標値	576	23	16	261

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。