

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	3	4 麦茶 ★	5 スキムミルク	6 牛乳	7 スキムミルク	8 麦茶
昼食	休園		御飯、みそ汁(白菜・ 麩)、赤魚の煮付け、ピー フン炒め、キウイフルーツ	御飯、みそ汁(さつまい も・厚揚げ)、鶏のから揚 げ、韓国風和え物	御飯、みそ汁(小松菜・油 揚げ)、八宝菜、マセドア ンサラダ	パン、豆乳南瓜スープ、 ミートボール、ぶどうゼ リー
午後		みかん、せんべい、牛乳	マーラーカオ、牛乳	ビスケット、野菜ジュース	七草粥、麦茶	クッキー、せんべい、牛乳
午前	10	11 牛乳	12 麦茶	13 スキムミルク	14 麦茶	15 麦茶
昼食	 大人の日		御飯、みそ汁(玉ねぎ・南 瓜)、五目卵焼き、キャベ ツの塩昆布和え	御飯、けんちん汁、あじの 西京焼き、納豆あえ	御飯、すまし汁(えのき・ ほうれん草)、鶏肉の照り 焼き、ひじきと大根の味噌 マヨサラダ、オレンジ	ハヤシライス、みかんヨー グルト
午後		煮込みうどん、麦茶	アップルケーキ、牛乳	ソファールヨーグルト、カル シウムせんべい	ピザトースト、牛乳	スイートポテト、牛乳
午前	17 牛乳	18 スキムミルク	19 牛乳	20 麦茶 ★	21 牛乳	22 麦茶
昼食	豚汁うどん、ちくわの磯部 揚げ、いちご	御飯、みそ汁(白菜・に ら)、鶏肉のマーマレード 焼き、コーンフレークのパ リパリサラダ	御飯、みそ汁(玉ねぎ・豆 腐)、鮭のパン粉焼き、マ カロニサラダ	チキンカレー、コールス ロー、バナナ	御飯(玄米)、みそ汁(ま いたけ・ねぎ)、ポークケ チャップ、ほうれん草のナ ムル	焼きそば、中華スープ、プ リン
午後	プリン、鉄・カルウエハ ース	揚げパン、牛乳	フルーチェ	ケーキ、牛乳	わかめおにぎり、麦茶	せんべい、ウエハース、野 菜ジュース
午前	24 麦茶	25 スキムミルク	26 牛乳	27 スキムミルク ★	28 麦茶 ★★	29 麦茶
昼食	御飯、みそ汁(大根・さと いも)、鶏肉のコーンフ レーク焼き、小松菜とツナ のごま和え	御飯、みそ汁(しめじ・豆 腐)、あじの味醂しょうゆ 焼き、ひじきの炒め煮、り んご	御飯、みそ汁(にら・もや し)、ポークビーンズ、白 菜の磯和え	御飯、きのこスープ、ハン バーグ、にんじんサラダ	醤油ラーメン、焼きぎょう ざ、ヨーグルト	ブルコギ丼、みそ汁(もや し・麩)、りんご
午後	ふかし芋、牛乳	マシュマロおこし、ビス ケット、牛乳	ツナコンドリア、麦茶	原宿ドッグ、牛乳	フライドポテト、牛乳	米粉のタルト、牛乳
午前	31 スキムミルク					
昼食	御飯、みそ汁(小松菜・油 揚げ)、タンドリーチキ ン、はるさめサラダ					
午後	おからケーキ、牛乳					

★ 今月のリクエストメニュー ★

- 月組
- さん(17日)  
いちご、ラーメン、バニラアイス
  - さん(20日) ラーメン、いちご、ケーキ

- 太陽組
- さん(2日) ハンバーグ、なめこのみそ汁、みかん
  - さん(27日) ハンバーグ、ゼリー
  - さん(28日) フライドポテト、オムライス、コーンスープ
  - さん(29日) 醤油ラーメン、りんご、ぎょうざ

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	442	17.1	14.4	234	1.4
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	554	20.1	18.2	229	1.7
	目標値	560	22	18	260	1.6

※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。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。