

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日				
午前					1 麦茶	2 麦茶				
昼食									御飯、みそ汁(切干大根・小松菜)、(星組)さけの塩焼き、さばの塩焼き、韓国風和え物、キウイフルーツ	パン(コッペパン、メロンパン)、ミートボール、青りんごゼリー、牛乳
午後									(星組) きな粉ホットケーキ、米粉のタルト(桃)、牛乳	せんべい、野菜ジュース
午前	4 スkimミルク★	5 麦茶	6 牛乳★	7 牛乳	8 スkimミルク	9 麦茶				
昼食	ハヤシライス、マセドアンサラダ、お祝いゼリー	御飯、若竹汁、回鍋肉、ハンサンズー	(星組) 煮込みうどん、塩ラーメン、フルーツサラダ、型抜きチーズ	御飯、みそ汁(白菜・麩)、豆腐の中華煮、ほうれん草のナムル、グレープフルーツ	御飯、みそ汁(キャベツ・油揚げ)、豚肉の生姜炒め、切干大根のサラダ	豚丼、みそ汁(もやし・麩)、バナナ				
午後	バナナケーキ(未満児)、チョコバナナ(以上児)、牛乳	(星組) コッペパン、クリームパン、食べる小魚(以上児)、牛乳	しらすおかかおにぎり、おやつ昆布(以上児)、麦茶	(星組) チーズ蒸しパン、ワッフル、牛乳	オレンジゼリー、鉄・カルウエハース	スイートポテト、牛乳				
午前	11 麦茶★	12 スkimミルク★	13 牛乳	14 スkimミルク	15 牛乳	16 麦茶				
昼食	ミートソーススパゲティ、コンソメスープ、白菜とりんごのサラダ	御飯、みそ汁(なめこ・豆腐)、★鶏肉のアングレスソース、コールスローサラダ	御飯、みそ汁(なす・玉ねぎ)、鮭の麹焼き、車麩のチャンブルー、オレンジ	御飯(玄米)、みそ汁(豆腐・わかめ)、鶏肉と野菜のトマト煮、納豆あえ	ブルコギ丼、ブロッコリーのカレーマヨサラダ、バナナヨーグルト	カレーライス、オレンジ、ジョア				
午後	いちごサンドイッチ(未満児)、いちごケーキ(以上児)、牛乳	フルーチェ	豆腐入りお好み焼き、麦茶	バングラタン、牛乳	せんべい、カミカミ昆布(以上児)、野菜ジュース	ビスケット、牛乳				
午前	18 牛乳	19 スkimミルク	20 麦茶	21 牛乳★ ★	22 スkimミルク★	23 麦茶				
昼食	ごはん(麦入り)、みそ汁(かぶ・厚揚げ)、ポークケチャップ、小松菜とツナのごま和え	御飯、のっぺい汁、タラのねぎ味噌焼き、サラスパサラダ	たけのご御飯、みそ汁(じゃが芋・新玉ねぎ)、だし巻き卵、アスパラの天ぷら、いちご	ツナそぼろ丼、はるさめスープ、白菜のおかかチーズ和え、ぶどうゼリー	カレーうどん、きゅうりとささ身のサラダ、りんご	パン(ホットドッグ、メロンパン)、ポトフ、ピーチヨーグルト				
午後	ソファールヨーグルト、ビスコ	お麩ラスク、食べる小魚(以上児)、牛乳	カルシウムトースト、牛乳	フライドポテト、麦茶	カルシウムおにぎり、麦茶	せんべい、型抜きチーズ、オレンジジュース				
午前	25 麦茶	26 牛乳	27 牛乳★	28 スkimミルク★ ★	29	30 麦茶				
昼食	中華丼、わかめとツナの和え物、寒天入りフルーツポンチ	御飯、みそ汁(大根・えのき)、ほっけの塩焼き、さつま芋と昆布の煮物、五目納豆	ロールパン、豆乳南瓜スープ、ナゲット、にんじんサラダ、型抜きチーズ	カレーライス(唐揚げ付)、カラフルサラダ、みかんヨーグルト			ナポリタン、コンソメスープ、プリン			
午後	チーズスティック、牛乳	カルシウムせんべい、まめびよ(バナナ豆乳)	ひじきチャーハン、麦茶	いちご蒸しパン、牛乳			バナナ、マンナウエハース、牛乳			

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★

★月組

さん(30日) ナゲット・チーズ・フライドポテト

★太陽組

- さん(4日) チョコケーキ・チョコアイス・チョコバナナ
- さん(6日) 塩ラーメン・ハンバーグ・ギョーザ
- さん(11日) たんご・いちごケーキ・りんごジュース
- さん(12日) さかな・サラダ・お肉・いちご・なめこのみそ汁
- さん(21日) いちご・アイス・ゼリー
- さん(21日) から揚げ・フライドポテト
- さん(24日) 揚げパン・うどん・スパゲティ
- さん(28日) ハンバーガー・から揚げ・チョコミントアイス
- さん(29日) カレーライス・から揚げ・みかん缶詰

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	471	17.8	15	235	1.4
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	589	21.5	18.7	248	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。