

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1	スキムミルク	2	牛乳 ★	3	麦茶 	4	麦茶
昼食					ミートソーススパゲティー、コンソメスープ、フルーツの盛り合わせ		御飯、なめこのみそ汁、チキンのパン粉焼き、切干大根のサラダ、型抜きチーズ		お雞様風おにぎり、花麩のすまし汁、揚げない竜田揚げ、フロッコリーの和風サラダ、いちご		豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、プリン	
午後					青のりチーズおにぎり、麦茶		バナナ、野菜チップス、ヤクルト		3色蒸しパン、牛乳		クレープ、野菜ジュース	
午前	6	牛乳	7	麦茶	8	スキムミルク	9	牛乳	10	麦茶	11	麦茶
昼食	焼きそば、中華スープ、ヨーグルト		御飯、みそ汁(大根・厚揚げ)、鶏肉のチーズ焼き、キャベツの塩昆布和え、オレソジ		御飯、みそ汁(小松菜・きのこ)、タラのみぞれあんかけ、お豆とさつま芋のサラダ		御飯(麦入り)、わかめスープ、マーボー豆腐、もやしの中華風和え物		ポークカレー、れんこんとひじきのサラダ、りんごゼリー		ハヤシライス、フルーツポンチ、型抜きチーズ	
午後	ひじきチャーハン、麦茶		きな粉トースト、牛乳		いちごチーズ、せんべい、麦茶		フルーチェパフェ		マーラーカオ、牛乳		せんべい、まめびよ	
午前	13	麦茶	14	スキムミルク 	15	牛乳 ★	16	麦茶	17	牛乳 	18	
昼食	御飯(玄米)、みそ汁(さつまいも・高野豆腐)、白身魚のフライ、コーンフレークのパリパリサラダ		にんじんピラフ、クリームシチュー、寒天入りフルーツポンチ		醤油ラーメン、しゅうまい、ヤクルト		ブルコギ丼、すまし汁(豆腐・しめじ)、わかめとツナの和え物、バナナ					
午後	りんご、ビスケット、牛乳		スノーボールクッキー、牛乳		ミニたいやき、せんべい、牛乳		ガーリックトースト、牛乳		ソフルヨーグルト、ビスコ			
午前	20	スキムミルク	21		22	牛乳	23	スキムミルク	24	麦茶	25	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(もやし・生揚げ)、タラの味醂しょうゆ焼き、切干大根の煮物、納豆				変わりひじきごはん、みそ汁(白菜・麩)、ちくわの天ぷら、マセドアンサラダ、いちご		きのこうどん、大根とささみのあえ物、オレンジゼリー		御飯、みそ汁(かぶ・切干大根)、鶏肉のアングレースソース、カラフルサラダ、りんご		カレーライス、バナナヨーグルト、ヤクルト	
午後	にゅうめん、麦茶				きな粉ぼたもち、麦茶 		たぬきおにぎり、食べる小魚(以上児)、麦茶		マーブル蒸しパン、牛乳		ムース、せんべい	
午前	27	牛乳	28	麦茶	29	スキムミルク	30	麦茶	31	牛乳 ★		
昼食	御飯、みそ汁(さつま芋・ねぎ)、メンチカツ、にんじんサラダ、オレンジ		わかめ御飯、けんちん汁、たらの西京焼き、ひじきの炒め煮		御飯、すまし汁(麩・万能ねぎ)、鶏肉のみそ漬け焼、和風ポテトサラダ、キウイフルーツ		ハヤシライス、コールスロー、ジョア		御飯、きのこのスープ、ハンバーグ、春雨サラダ			
午後	ぶどうゼリー(ホイップ添え)		りんごプディング、牛乳		マカロニナポリタン、麦茶		お豆腐ドーナツ、牛乳		フルーツヨーグルト			

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー

★星組

さん(31日) ハンバーグ、ラーメン、カレー

🌙月組

(15日) ラーメン、茶わん蒸し、プリン



☀太陽組

さん(2日) いちご、納豆海苔巻き、なめこのみそ汁

今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	436	16.8	13.8	218	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	572	21.4	19.1	271	1.4
	目標値	560	22	18	260	1.4

※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。

