



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	今年もよろしく お願いします		1	2	3	4
昼食			休園		休園	
午後			休園		休園	
午前	6 スキムミルク	7 牛乳	8 麦茶	9 スキムミルク	10 牛乳	11 麦茶
昼食	御飯、みそ汁(ほうれん草・切干大根)、さんまのオレン ジ煮、マカロニサラダ	御飯(押麦)、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、鶏肉のコーン フレーク焼き、人参しりしり	キッズビビンバ、きのこスープ、 りんご	御飯、みそ汁(もやし・生揚げ)、ハンバーグ、白菜の磯和 え	ミートソーススパゲティ、コ ンソメスープ、ヨーグルト	マーボー豆腐丼、中華スープ、 型抜きチーズ
午後	国産だいだいのババロア、カ ルシウムせんべい(以上児)	七草粥、麦茶	ふかし芋、牛乳	いちごジャムサンド、牛乳	ゆかりおにぎり、麦茶	メロンパン、牛乳
午前	13	14 スキムミルク	15 牛乳	16 麦茶	17 スキムミルク	18 麦茶
昼食		御飯(玄米)、みそ汁(キャベ ツ・麩)、かれいのフライ、も やしとささみの和え物、オレン ジ	ポークカレーライス、コールス ローサラダ、型抜きチーズ	御飯、すまし汁(にら・玉ねぎ)、 ヤンニョムチキン風、 チャプチェ、りんご	御飯、みそ汁(切干大根・小松 菜)、さけのムニエル、マセド アンサラダ	焼きそば、わかめスープ、オレ ンジ
午後		レーズンクッキー、牛乳	米粉スイーツ、牛乳	ほうとう風うどん、麦茶	ドライカレーピラフ、麦茶	せんべい、野菜ジュース
午前	20 麦茶	21 牛乳	22 スキムミルク	23 麦茶	24 スキムミルク	25 麦茶
昼食	御飯、具沢山汁、豚肉の生姜 炒め、わかめサラダ	御飯(押麦)、みそ汁(小松 菜・高野豆腐)、鯖の味酥しよ うゆ焼き、ポテトサラダ	野菜たっぷり塩ラーメン、ナゲッ ト、バナナ	御飯、みそ汁(なめこ・豆 腐)、筑前煮、白菜のおかか チーズ和え	タコライス、じゃが芋のポター ージュ、にんじんとコーンのツナ サラダ	豚丼、みそ汁(もやし・わか め)、いちごプリン
午後	ジャムサンドクラッカー、牛 乳	焼きそば、麦茶	マーブル蒸しパン、牛乳	フライドポテト、牛乳	いちごのスティックケーキ、牛 乳	ビスケット、牛乳
午前	27 牛乳	28 スキムミルク	29 麦茶	30 牛乳	31 スキムミルク	
昼食	御飯、みそ汁(チンゲン菜・ 麩)、ポークビーンズ、コー ンフレークのバリバリサラダ	御飯(玄米)、みそ汁(かぶ・ 生揚げ)、鶏のから揚げ、 (添)フロccoliー、納豆あ え、オレンジ	御飯、みそ汁(長ねぎ・さつま 芋)、鯖の塩焼き、にんじんサラ ダ	けんちんうどん、さつまいもの 天ぷら、みかん	菜飯、コンソメスープ、鶏肉の タルタル焼き、フロccoliーと ちくわのサラダ	
午後	バナナ、ビスケット、牛乳	プリン、星たべよ	ガーリックトースト、牛乳	チャーハン、麦茶	にゅうめん、麦茶	

今月のお誕生日リクエストメニュー

★星組

さん(26日) ラーメン、豆腐の味噌汁、オレンジ

※太陽組

さん(17日) ラーメン、バニラアイス、トマトとレタスのサラダ

〇月組

さん(25日) ナゲツト、ラーメン、つくね
さん(28日) からあげ、ポテト、カレーライス
さん(29日) ラーメン、ふどう、フロccoliー

さん(20日) りんご、カレーライス、鮭
さん(20日) からあげ、ラーメン、フライドポテト

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	470	18.7	15.4	220	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	582	21.5	19.1	197	1.6
	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。