

	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					
昼食							御飯（押麦）、みそ汁（切干大根・玉ねぎ）、タラのタルタル焼き、和風サラスパサラダ						こどもの日醤油ラーメン、春巻き、いちご			
午後							ビスケット、りんご、牛乳						こどもの日デザート、ぱりんこ（以上児）、カルピス			
午前	5		6		7	麦茶	8	牛乳	9	スキムミルク	10	麦茶				
昼食			振替休日		豚丼、白菜スープ、わかめサラダ		御飯（玄米）、みそ汁（なめこ・キャベツ）、肉豆腐、にんじんサラダ		御飯、みそ汁（かぶ・麴）、かれいの青のりパン粉焼き、五目煮豆		カレーライス、フルーツヨーグルト、ヤクルト					
午後					ほうとう風うどん、麦茶		レーズン入りほうれん草蒸しパン、牛乳		コーンフレークチーズクッキー、牛乳		米粉スイーツ、牛乳					
午前	12	牛乳	13	麦茶	14	スキムミルク	15	麦茶	16	牛乳	17	麦茶				
昼食	御飯、みそ汁（さつま芋・ねぎ）、鶏肉のアングレースソース、白菜のおかかチーズ和え		あんかけうどん、ポテトサラダ、いちごゼリー		中華丼、もずくスープ、かぼちゃの甘煮		御飯、みそ汁（大根・高野豆腐）、鶏のから揚げ、ほうれん草のなめ草和え、りんご		御飯（押麦）、すまし汁（まいたけ・しめじ）、さわらの西京焼き（星組：たらの西京焼き）、フロッコリーのおかか和え		マーボー豆腐丼、中華スープ、バナナ					
午後	バナナのスティックケーキ、牛乳		フルーツサンド、牛乳		ポップコーン、バナナ、麦茶		ソファールヨーグルト、コーンクッキー		フルーチェ		型抜きチーズ、せんべい、牛乳					
午前	19	牛乳	20	スキムミルク	21	麦茶	22	牛乳	23	スキムミルク	24	麦茶				
昼食	ハヤシライス、ほうれん草のナムル、オレンジ、ジョア		御飯、すまし汁（豆腐・万能ねぎ）、鶏肉のみそ漬け焼、お豆とさつま芋のサラダ		ミートソーススパゲティー、コンソメスープ、フルーツヨーグルト		御飯、わかめスープ、回鍋肉、ハンサンスー		御飯（玄米）、じゃが芋のスープ、ハンバーグ、マカロニサラダ		焼きそば、わかめスープ、ゼリー					
午後	プリン、せんべい		黒糖蒸しパン、牛乳		ツナ昆布おにぎり、麦茶		フライドポテト、牛乳		ガーリックトースト、牛乳		せんべい、ビスコ、ヤクルト					
午前	26	牛乳	27	スキムミルク	28	麦茶	29	牛乳	30	スキムミルク	31	麦茶				
昼食	御飯、みそ汁（小松菜・玉ねぎ）、アジの味醂しょうゆ焼き（星組：鮭の味醂しょうゆ焼き）、もやしとささみの和え物		御飯（麦入り）、みそ汁（白菜・わかめ）、炒り鶏、キャベツとツナのサラダ		御飯、みそ汁（なす・しめじ）、メンチかつ、納豆あえ、オレンジ		焼きうどん、すまし汁（豆腐・にら）、カルピスポンチ、型抜きチーズ		御飯、みそ汁（舞茸・ねぎ）、ボークビーンズ、切干大根のサラダ		ブルコギ丼、中華スープ、オレンジ					
午後	じゃがバター（新じゃが）、牛乳		塩焼きそば、麦茶		メロンパン、牛乳		ドライカレーピラフ、麦茶		ミニたいやき、牛乳		ビスケット、牛乳					

今月のお誕生日リクエストメニュー



☆星組

さん(16日) いちご、やきうどん、ハンバーグ
さん(24日) からあげ、ポテト、いちご

♪月組

さん(18日) ピザ、ラーメン、フライドポテト
さん(30日) うどん、フライドポテト、炒飯

★太陽組

さん(14日) 納豆、エビフライ、ハンバーグ
さん(25日) ラーメン、からあげ
さん(31日) からあげ、ピザ、いちご

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	437	17	13.3	236	1.2
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	541	19.7	16.3	224	1.5
	目標値	560	22	18	260	1.6

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。

※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。