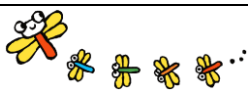




日付	曜日	午前おやつ	献立名	材料	おやつ
1	土	牛乳・菓子	①ご飯 ②すまし汁 ③豚肉と野菜の煮物 ④スティックきゅうり	①米 ②水、昆布、削り節、人参、たまねぎ、塩、しょうゆ、さやいんげん、 ③豚もも肉、人参、たまねぎ、とうがんと、米ぬか油、水、削り節、三温糖、 酒、本みりん、塩、しょうゆ ④きゅうり、塩	①ほうれん草入り米粉の豆乳ケーキ 米粉、ベーキングパウダー、三温糖、豆乳、酢、 米ぬか油、ほうれん草 ②牛乳
3	月	牛乳・菓子	①カレーライス(非常食) ②ひじきときゅうりのサラダ	①米、押麦、にんにく、しょうが、豚もも肉、こしょう、たまねぎ、人参、 米ぬか油、じゃがいも、カレールウ、ケチャップ、中濃ソース ②ひじき、三温糖、しょうゆ、水、きゅうり、もやし、人参、酢、ごま油、しょうゆ	①ブルーベリージャムサンド 食パン、ブルーベリー、三温糖 ②牛乳
4	火	牛乳・菓子	①ご飯 ②じゃが芋とベーコンのスープ ③さわらのごま開き ④ほうれん草と人参炒め	①米 ②水、昆布、ベーコン、たまねぎ、人参、じゃがいも、塩、しょうゆ ③さわら、しょうが、三温糖、本みりん、しょうゆ、白ごま ④人参、たまねぎ、ほうれん草、米ぬか油、塩、こしょう	①あんかけ焼きそば 焼きそばめん、米ぬか油、豚もも肉、人参、 たまねぎ、もやし、米ぬか油、水、三温糖、塩、 しょうゆ、片栗粉、水、ごま油、チンゲンサイ ②牛乳
5	水	牛乳・菓子	①ご飯 ②人参とチンゲンサイのスープ ③かぼちゃコロッケ ④ポイルキャベツ	①米 ②水、昆布、削り節、人参、えのきたけ、塩、しょうゆ、チンゲンサイ ③豚挽肉、たまねぎ、米ぬか油、塩、こしょう、かぼちゃ、小麦粉、水、パン粉、 揚げ油、三温糖、ケチャップ、中濃ソース、水 ④キャベツ、人参、塩	①和風ミートサンド ミルクパン、鶏ひき肉、たまねぎ、米ぬか油、 三温糖、米みそ、片栗粉、水 ②牛乳・果物 牛乳・巨峰
6	木	牛乳・菓子	①ご飯 ②なすのみそ汁 ③煮魚 ④さつまいもと切り昆布の煮物 ⑤小松菜のおかか和え	①米、煮干し、鶏もも肉、なす、たまねぎ、米みそ ③かたじ、水、しょうが、三温糖、酒、本みりん、しょうゆ ④さつまいも、刻みこんぶ、水、三温糖、しょうゆ ⑤こまつな、人参、しょうゆ、かつお節	①アップルケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、脱脂粉乳、 バター、三温糖、りんご、牛乳 ②牛乳
7	金	牛乳・菓子	①ご飯 ②冬瓜のみそ汁 ③豚肉のブルコギ ④大豆のサラダ	①米、煮干し、とうがんと、たまねぎ、人参、米みそ ③豚ロース肉、しょうが、酒、しょうゆ、たまねぎ、米ぬか油、にら、 しょうゆ、ごま油 ④大豆、人参、キャベツ、きゅうり、酢、米ぬか油、三温糖、塩	①風船パン ②かぼちゃのミルクスープ 水、昆布、鶏もも肉、人参、たまねぎ、米ぬか油、 かぼちゃ、牛乳、塩、片栗粉、水 ③牛乳
8	土	牛乳・菓子	①ご飯 ②鮎のスープ ③じゃが芋のそぼろ煮 ④もやしのナムル	①米 ②水、昆布、削り節、キャベツ、人参、焼ふ、塩、しょうゆ ③鶏挽肉、たまねぎ、人参、米ぬか油、水、削り節、じゃがいも、三温糖、 塩、しょうゆ ④もやし、しょうゆ、ごま油	①ピラフ 米、バター、鶏もも肉、たまねぎ、人参、 米ぬか油、塩、ピーマン ②牛乳
10	月	牛乳・菓子	①ご飯 ②切干大根のみそ汁 ③鶏肉と高野豆腐の煮物 ④小松菜ともやしのお浸し	①米 ②水、煮干し、人参、切干大根、万能ねぎ、米みそ ③鶏もも肉、人参、たまねぎ、米ぬか油、水、削り節、三温糖、本みりん、 塩、しょうゆ、凍り豆腐 ④こまつな、もやし、水、削り節、しょうゆ	①ホットドック ソフトフランス、キャベツ、米ぬか油、 ウィンナー、ケチャップ ②牛乳・果物 牛乳、梨
11	火	牛乳・菓子	①ご飯 ②春雨スープ ③鶏肉のトマト煮 ④スッキーニ炒め	①米 ②水、昆布、削り節、人参、にら、はるさめ、塩、しょうゆ ③鶏もも肉、塩、小麦粉、米ぬか油、たまねぎ、米ぬか油、 三温糖、塩、こしょう、ケチャップ ④スッキーニ、米ぬか油、塩、こしょう	①焼きうどん 干しうどん、豚もも肉、たまねぎ、人参、 米ぬか油、塩、しょうゆ、あおのり ②牛乳
12	水	牛乳・菓子	①煮入りご飯 ②真だんごのみそ汁 ③かつおのフライ ④三色甘酢和え ⑤トマト	①米、押麦 ②水、煮干し、豚もも肉、ごぼう、人参、大根、米みそ ③かつお、しょうが、にんにく、酒、しょうゆ、小麦粉、水、パン粉、揚げ油 ④きゅうり、人参、キャベツ、三温糖、塩、しょうゆ ⑤トマト	①フレッシュトースト 食パン、卵、牛乳、三温糖、バター ②牛乳
13	木	牛乳・菓子	①ご飯 ②かぶと豆腐のみそ汁 ③鶏肉の照り焼き ④切干大根の煮物 ⑤オクラのお浸し	①米 ②水、昆布、削り節、かぶ、根、木綿豆腐、塩、しょうゆ、ほうれん草 ③鶏もも肉、しょうが、三温糖、酒、本みりん、しょうゆ ④切干し大根、人参、米ぬか油、水、削り節、油揚げ、三温糖、 本みりん、しょうゆ ⑤オクラ、水、削り節、しょうゆ	①雑ご飯 米、鮭(塩)、酒、白ごま、さやえんどう ②牛乳・果物 牛乳、梨
14	金	牛乳・菓子	①ひじきご飯 ②かぼちゃのみそ汁 ③煮の黄金焼き ④小松菜と人参のごま和え	①米、人参、ひじき、米ぬか油、水、削り節、酒、塩、しょうゆ ②水、煮干し、かぼちゃ、たまねぎ、米みそ ③さけ、塩、こしょう、たまねぎ、米ぬか油、三温糖、米みそ(甘みそ)、 卵なしマヨネーズ、カレー粉 ④こまつな、人参、三温糖、しょうゆ、白ごま	①青菜サンド ミルクパン、バター、豚挽肉、米ぬか油、 ほうれん草、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水 ②牛乳・果物 牛乳、かき
15	土	牛乳・菓子	①ご飯 ②わかめのみそ汁 ③豚肉と大根の煮物 ④いんげんのお浸し	①米 ②水、煮干し、人参、たまねぎ、生わかめ、米みそ ③豚もも肉、大根、人参、米ぬか油、水、削り節、三温糖、本みりん、 しょうゆ、ごま油 ④さやいんげん、水、削り節、しょうゆ	①大豆のスコーン 大豆、小麦粉、ベーキングパウダー、バター 三温糖、塩、牛乳 ②牛乳
21	金	牛乳・菓子	①重芋ご飯 ②豆腐のみそ汁 ③鶏肉のねぎ塩焼き ④炊き合わせ	①米、塩、しょうゆ、さいとめ、あおのり ②水、煮干し、たまねぎ、油揚げ、木綿豆腐、にら、米みそ ③鶏もも肉、ねぎ、塩、こしょう、ごま油 ④ごぼう、人参、水、削り節、本みりん、しょうゆ、さやえんどう	①お月見まんじゅう 小麦粉、ベーキングパウダー、水、 三温糖、塩、かぼちゃ、さつまいも、三温糖 ②牛乳・果物 牛乳、梨
27	木	牛乳・菓子	①さつまいもカレーライス ②ひじきときゅうりのサラダ	①米、押麦、にんにく、しょうが、豚もも肉、こしょう、たまねぎ、人参、 米ぬか油、水、りんご、バター、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、中濃ソース、 三温糖、塩、さつまいも ②ひじき、三温糖、しょうゆ、水、きゅうり、もやし、人参、酢、ごま油、しょうゆ	①バナナブラウニー 豆乳、三温糖、米ぬか油、小麦粉、片栗粉、 ビュアココア、ベーキングパウダー、塩 バナナ、粉糖 ②牛乳

★仕入れの都合により、材料が異なる場合があります。



	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
3歳以上児	561	22.9	16.1
目標量	580	23.3	16.2
3歳未満児	535	22.2	17.0
目標量	500	20.0	14.0