

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
4 18 土	朝食	① ごはん ② 麩とわかめの味噌汁 ③ 高野豆腐と豚ひき肉の煮物 ④ 粉ふき芋	米 焼麩(小町麩) 三温糖、油、片栗粉 じゃが芋	カットわかめ 豚ひき肉、高野豆腐	玉ねぎ、人参	米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、みりん風、かつお節(だし用) 塩
	午後おやつ	① 牛乳 ② マフィン	牛乳 マフィン			
6 20 月	朝食	① チキンカレーライス ② 切り干し大根としらすの酢の物 ③ 棒チーズ ④ オレンジ	米、じゃが芋、押麦、油 三温糖	鶏もも肉 しらす干し、カットわかめ チーズ	玉ねぎ、人参 切干大根 オレンジ	カレールー 醤油、酢
	午後おやつ	① 牛乳 ② スポジヶキのいちごソースがけ	小麦粉、三温糖、油 米、三温糖	牛乳 豆乳(無調整) 焼きのり	いちごジャム	ベーキングパウダー
7 21 火	朝食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 高野豆腐とわかめのすまし汁(7日) ③ 豆腐と水菜のすまし汁(21日) ④ 鮭のちゃんちゃん焼き ⑤ さつま芋のレモン煮 ⑥ グレープフルーツ	米、三温糖 油、三温糖 さつま芋、三温糖	焼きのり 高野豆腐、カットわかめ 木綿豆腐 生鮭	水菜 キャベツ、しめじ、人参 レモン グレープフルーツ	醤油、みりん風 かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩 かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩 米みそ、みりん風、酒、醤油、塩
	午後おやつ	① 牛乳 ② 七草粥風(7日) ③ ココアクリームサンド(21日)	米 ブルマンホワイト(パン)、三温糖、コーンスターチ	牛乳 鶏ひき肉 牛乳	白菜、大根、人参、長ネギ	かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩、中華だし ココア
8 22 水	朝食	① クリームスパゲティ ② 白菜スープ ③ キャベツとれんこんのツナサラダ ④ バナナ	小麦粉、三温糖、バター 油、三温糖	牛乳、鶏もも肉 ベーコン ツナ缶	玉ねぎ、マッシュルーム、人参 白菜 キャベツ、レンコン、人参 バナナ	コンソメ、塩、こしょう 昆布(だし用)、コンソメ、塩 酢、塩
	午後おやつ	① 麦茶 ② 中華風おこわ	米、もち米、ごま油	鶏ひき肉	人参、たけのこ(水煮)、長ねぎ	麦茶 醤油、酒、みりん風、塩
9 23 木	朝食	① 麦入りごはん ② けんちん汁 ③ 鶏の照り焼き ④ チンゲン菜と人参のソテー ⑤ みかん	米、押麦 里芋 三温糖 油	木綿豆腐、油揚げ 鶏もも肉	大根、人参、ごぼう 生姜 チンゲン菜、もやし、人参 みかん	かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩 醤油、酒、みりん風 塩、こしょう
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナマフィン	小麦粉、三温糖、バター 米	牛乳 牛乳、スキムミルク	バナナ	ベーキングパウダー
10 24 金	朝食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ カレイのおろし醤油がけ ④ 五目煮豆 ⑤ りんご・バナナ(0・1歳児)	油、小麦粉、三温糖 糸こんにゃく、油、三温糖	カレイ 大豆水煮、鶏もも肉、乾燥ひじき	キャベツ、玉ねぎ 大根 人参、ごぼう りんご・バナナ	米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、酢、みりん風 醤油、みりん風、かつお節(だし用)
	午後おやつ	① 牛乳 ② サモサ	じゃが芋、ぎょうざの皮、油	牛乳 豚ひき肉	玉ねぎ、人参	塩、カレー粉、こしょう
11 25 土	朝食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豚肉と大根の煮物 ④ ブロッコリーのおかか和え	米 さつま芋 油、三温糖、ごま油	豚もも肉 かつお節	玉ねぎ 大根、レンコン、人参 ブロッコリー	米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、みりん風、かつお節(だし用) 醤油
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐ブラウニー	ミックス粉、三温糖、油	牛乳 絹ごし豆腐		ココア
14 27 月	朝食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ オレンジ	米 春雨 油、三温糖、ごま油、片栗粉 ごま油、三温糖	ハム 木綿豆腐、豚ひき肉	チンゲン菜、玉ねぎ 長ねぎ、人参、にんにく、生姜 きゅうり、大根 オレンジ	昆布(だし用)、中華だしの素、醤油、塩 米みそ、醤油 酢、醤油
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学かぼちゃ	揚げ油、三温糖、黒ごま	牛乳	かぼちゃ	酢、醤油
15 29 水	朝食	① 人参ピラフ ② ミネストローネスープ ③ 鶏肉のチーズパン粉焼き ④ 花野菜サラダ ⑤ グレープフルーツ	米 じゃが芋 ドライパン粉、油 油、三温糖	ウイナー 鶏もも肉、粉チーズ	人参 カットトマト缶、玉ねぎ	コンソメ、昆布(だし用)、塩 昆布(だし用)、ケチャップ、コンソメ、塩 塩、パセリ粉 酢、塩
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン	米粉、油、三温糖	牛乳	オレンジ天然果汁	ベーキングパウダー
16 30 木	朝食	① 麦入りごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豆腐入りミートローフ ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ バナナ	米、押麦 さつま芋 ドライパン粉、油、三温糖 コーン缶、油	木綿豆腐、豚ひき肉、豆乳(無調整)、乾燥ひじき	万能ねぎ 玉ねぎ ほうれん草、エリンギ、人参 バナナ	米みそ、煮干し、昆布(だし用) ケチャップ、中濃ソース、塩 塩
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト	ブルマンホワイト(パン)、マヨドレ 米	牛乳 しらす干し、青のり		
17 31 金	朝食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ かじきのかき揚げ ④ 紅白なます ⑤ みかん	米 さつま芋、揚げ油、小麦粉 三温糖	カットわかめ かじき	かぼちゃ 玉ねぎ、人参 大根、人参 みかん	米みそ、煮干し、昆布(だし用) みりん風、醤油、かつお節(だし用)、酒、塩 酢、塩
	午後おやつ	① 牛乳 ② ビーフン	牛乳 ビーフン、油、ごま油	牛乳 豚もも肉	キャベツ、ピーマン	醤油、コンソメ、塩、こしょう

※乳児クラスは、午前のおやつとして、牛乳がつきます。
※園の行事、その他の都合で、献立を変更する場合があります

◆本年も、安全でおいしい給食を提供いたします。
よろしくお願ひいたします。◆



栄養価	乳児			幼児		
	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質
	目標値(後期)	495kcal	19.5g	15.5g	560kcal	21.8g
今月の平均値	495kcal	21.0g	16.7g	561kcal	22.8g	16.7g