

献立表

令和7年5月

練馬区立南大泉保育園

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				乳児午前おやつ	栄 養 価
		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	調味料	3時おやつ	
01 ～ 木 ～	① ご飯 ② 豚肉とかぶのみそ汁 ③ ツナとじゃが芋のカレー煮 ④ 小松菜とキャベツのおかか和え	米、じゃがいも、マカロニ、三温糖、米ぬか油	牛乳、ツナ油漬缶、豚肉(もも)、きな粉、かつお節	人参、たまねぎ、かぶ・根、こまつな、キャベツ、万能ねぎ	みそ、煮干し(だし用)、しょうゆ、料理酒、みりん風調味料、削り節(だし用)、塩、カレー粉	① 牛乳②菓子 ① マカロニのあべ川 ② 牛乳	エネルギー 523 kcal たんぱく質 19.5 g 脂 質 14.5 g カルシウム 185 g
02 ～ 金 ～	① ごま塩ご飯 ② キャベツのスープ ③ こいのぼりハンバーグ ④ 吹き流しベジタブル	米、もち米、パン粉、米ぬか油、ごま油、黒ごま、三温糖	牛乳、豚挽肉(赤身)、豆乳、鶏もも肉	果物、たまねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、大根、たけのこ(ゆで)、さやいんげん、しいたけ、ねぎ	しょうゆ、削り節(だし用)、塩、ケチャップ、料理酒、みりん風調味料、酢、昆布(だし用)、こしょう	① 牛乳②菓子 ① 中華風炊きおこわ ② 牛乳 ③ 果物	エネルギー 538 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 10.5 g カルシウム 158 g
07 ～ 水 ～	① ご飯 ② 大根と人参のスープ ③ ポテトコロッケ ④ キャベツとコーンの甘酢和え	米、じゃがいも、食パン、揚げ油、ホールコーン缶、パン粉(揚物用)、小麦粉、三温糖、米ぬか油	牛乳、豚挽肉(赤身)、きな粉	大根、キャベツ、人参、たまねぎ、にら、きゅうり	削り節(だし用)、ケチャップ、酢、しょうゆ、中濃ソース、塩、昆布(だし用)、こしょう	① 牛乳②菓子 ① きな粉トースト ② 牛乳	エネルギー 543 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 17.6 g カルシウム 151 g
08 ～ 木 ～	① ご飯 ② 豆腐とレタスのみそ汁 ③ 煮魚 ④ 三色ごま和え	米、三温糖、すりごま	牛乳、魚(むつ)、木綿豆腐、鶏もも肉、油揚げ	もやし、レタス、たまねぎ、人参、チンゲンサイ、たけのこ(ゆで)、しょうが	みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、みりん風調味料、昆布(だし用)、料理酒、塩	① 牛乳②菓子 ① たけのこご飯 ② 牛乳	エネルギー 522 kcal たんぱく質 23 g 脂 質 12.3 g カルシウム 205 g
09 ～ 金 ～	① チキンカレーライス ② 切干大根と小松菜のサラダ	米、パンズパン、じゃがいも、米ぬか油、三温糖、米粉、押麦	牛乳、鶏もも肉、あずき(乾)	人参、果物、たまねぎ、こまつな、りんご、切り干しだいこん、にんにく、しょうが	中濃ソース、ケチャップ、酢、しょうゆ、塩、カレー粉、こしょう	① 牛乳②菓子 ① あんぱん ② 牛乳 ③ 果物	エネルギー 578 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 15.8 g カルシウム 190 g
10 ～ 土 ～	① ご飯 ② 玉葱ともやしのみそ汁 ③ 豚肉のプルコギ ④ キャベツと人参のさっぱり和え	米、米ぬか油、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、豚挽肉(赤身)	たまねぎ、キャベツ、人参、もやし、にら、ピーマン、しょうが	ケチャップ、みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、酢、料理酒、塩	① 牛乳②菓子 ① ケチャップライス ② 牛乳	エネルギー 558 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 16.5 g カルシウム 152 g
12 ～ 月 ～	① ご飯 ② さつま芋と玉葱のスープ ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ もやしとほうれん草のナムル	米、ペンネ、さつま芋、米ぬか油、三温糖、片栗粉、ごま油	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶	たまねぎ、もやし、ほうれん草、人参、さやいんげん、ピーマン	ケチャップ、しょうゆ、削り節(だし用)、料理酒、酢、塩、昆布(だし用)	① 牛乳②菓子 ① ツナの和風ペンネ ② 牛乳	エネルギー 513 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 13.9 g カルシウム 155 g
13 ～ 火 ～	① 麦入りご飯 ② かぶと油揚げのみそ汁 ③ 豚肉のくわ焼き ④ キャベツとスナッパえんどうのお浸し	米、米粉、米ぬか油、三温糖、押麦	牛乳、豚肉(肩ロース)、豆乳、油揚げ	キャベツ、かぶ・根、バナナ、たまねぎ、人参、スナッパえんどう	みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、料理酒、みりん風調味料、削り節(だし用)	① 牛乳②菓子 ① 米粉のバナナ豆乳ケーキ ② 牛乳	エネルギー 565 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 22 g カルシウム 185 g
14 ～ 水 ～	① ご飯 ② 鶏肉とレタスのスープ ③ 魚のカレームニエル ④ トマトと玉葱のサラダ	米、パンズパン、米ぬか油、米粉、三温糖、片栗粉	牛乳、魚(かれい)、豚挽肉(赤身)、鶏もも肉	たまねぎ、果物、トマト、レタス、人参、きゅうり	ケチャップ、酢、しょうゆ、塩、昆布(だし用)、カレー粉、こしょう	① 牛乳②菓子 ① ミートサンド ② 牛乳 ③ 果物	エネルギー 518 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 16.7 g カルシウム 151 g
15 ～ 木 ～	① ご飯 ② じゃが芋のすまし汁 ③ 豆腐入り松風焼き ④ 小松菜と人参のしらす和え	米、小麦粉、じゃがいも、揚げ油、三温糖、片栗粉、白ごま、バター	牛乳、豚挽肉(赤身)、木綿豆腐、脱脂粉乳、しらす干し	たまねぎ、こまつな、人参、にら	みそ、削り節(だし用)、しょうゆ、料理酒、みりん風調味料、昆布(だし用)、塩	① 牛乳②菓子 ① キャロットドーナッツ ② 牛乳	エネルギー 555 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 17.9 g カルシウム 304 g
16 ～ 金 ～	① 菜飯 ② 新玉葱のみそ汁 ③ 白身魚の磯辺揚げ ④ 春キャベツと人参のお浸し	米、じゃがいも、小麦粉、揚げ油、米ぬか油、片栗粉、バター	牛乳、白身魚(たら)、鶏もも肉、ピザ用チーズ、あおのり	たまねぎ、キャベツ、人参、こまつな、グリーンアスパラガス、さやいんげん	みそ、煮干し(だし用)、しょうゆ、料理酒、塩、昆布(だし用)、みりん風調味料、削り節(だし用)、こしょう	① 牛乳②菓子 ① じゃが芋とアスパラのグラタン ② 牛乳	エネルギー 510 kcal たんぱく質 23.9 g 脂 質 19.2 g カルシウム 227 g
17 ～ 土 ～	① ご飯 ② キャベツのみそ汁 ③ 肉じゃが ④ 小松菜と大根のおかか和え	米、じゃがいも、三温糖、米ぬか油	牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏もも肉、かつお節	たまねぎ、大根、こまつな、キャベツ、人参、ごぼう	みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、みりん風調味料、料理酒、削り節(だし用)、塩	① 牛乳②菓子 ① 鶏ごぼうご飯 ② 牛乳	エネルギー 558 kcal たんぱく質 20 g 脂 質 15 g カルシウム 170 g
19 ～ 月 ～	① ご飯 ⑤ポイルえんどう ② 豚肉とかぶのすまし汁 ③ 鶏肉のみそ焼き ④ 人参の塩きんぴら煮	米、小麦粉、バター、三温糖、米ぬか油、ごま油	牛乳、鶏もも肉、豚肉(もも)	人参、かぶ・根、たまねぎ、スナッパえんどう、チンゲンサイ、しょうが	みりん風調味料、みそ、しょうゆ、塩、昆布(だし用)、削り節(だし用)	① 牛乳②菓子 ① スコーン ② 牛乳	エネルギー 510 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 15.9 g カルシウム 179 g
20 ～ 火 ～	① ご飯 ② 豆腐とレタスのみそ汁 ③ 煮魚 ④ 三色ごま和え	米、三温糖、すりごま	牛乳、魚(むつ)、木綿豆腐、鶏もも肉、油揚げ	もやし、レタス、たまねぎ、人参、チンゲンサイ、たけのこ(ゆで)、そらまめ、しょうが	みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、みりん風調味料、昆布(だし用)、料理酒、塩	① 牛乳②菓子 ① たけのこご飯 ② 茹でそら豆	エネルギー 532 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 12.3 g カルシウム 207 g

献立表

令和7年5月

練馬区立南大泉保育園

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				乳児午前おやつ	栄 養 価
		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	調味料	3時おやつ	
21 水	① ご飯 ② 大根と人参のスープ ③ ポテトコロッケ ④ キャベツとコーンの甘酢和え	米、じゃがいも、食パン、揚げ油、ホールコーン缶、パン粉(揚物用)、小麦粉、三温糖、米ぬか油	牛乳、豚挽肉(赤身)、きな粉	大根、キャベツ、人参、たまねぎ、にら、きゅうり	削り節(だし用)、ケチャップ、酢、しょうゆ、中濃ソース、塩、昆布(だし用)、こしょう	① 牛乳②菓子 ① きな粉トースト ② 牛乳	エネルギー 543 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 17.6 g カルシウム 151 g
22 木	① ご飯 ② 玉葱とごぼうのみそ汁 ③ 魚の梅焼き ④ ひじきと豆腐の炒り煮	米、焼きそばめん、米ぬか油、三温糖	牛乳、魚(あじ)、木綿豆腐、鶏ひき肉、豚肉(肩ロース)、ひじき、あおのり	たまねぎ、人参、ほうれんそう、もやし、キャベツ、ごぼう、うめ干し	中濃ソース、みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、みりん風調味料、料理酒、削り節(だし用)	① 牛乳②菓子 ① ソース焼きそば ② 牛乳	エネルギー 508 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 16.4 g カルシウム 197 g
23 金	① チキンカレーライス ② 切干大根と小松菜のサラダ	米、パンズパン、じゃがいも、米ぬか油、三温糖、米粉、押麦	牛乳、鶏もも肉、あずき(乾)	人参、果物、たまねぎ、こまつな、りんご、切り干しだいこん、にんにく、しょうが	中濃ソース、ケチャップ、酢、しょうゆ、塩、カレー粉、こしょう	① 牛乳②菓子 ① あんぱん ② 牛乳 ③ 果物	エネルギー 578 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 15.8 g カルシウム 190 g
24 土	① ご飯 ② 玉葱ともやしのみそ汁 ③ 豚肉のプルコギ ④ キャベツと人参のさっぱり和え	米、米ぬか油、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、豚挽肉(赤身)	たまねぎ、キャベツ、人参、もやし、にら、ピーマン、しょうが	ケチャップ、みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、酢、料理酒、塩	① 牛乳②菓子 ① ケチャップライス ② 牛乳	エネルギー 558 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 16.5 g カルシウム 152 g
26 月	① ご飯 ② さつま芋と玉葱のスープ ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ もやしとほうれん草のナムル	米、ペンネ、さつまいも、米ぬか油、三温糖、片栗粉、ごま油	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶	たまねぎ、もやし、ほうれんそう、人参、さやいんげん、ピーマン	ケチャップ、しょうゆ、削り節(だし用)、料理酒、酢、塩、昆布(だし用)	① 牛乳②菓子 ① ツナの和風ペンネ ② 牛乳	エネルギー 513 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 13.9 g カルシウム 155 g
27 火	① 麦入りご飯 ② かぶと油揚げのみそ汁 ③ 豚肉のくわ焼き ④ キャベツとスナッパえんどうのお浸し	米、米粉、米ぬか油、三温糖、押麦	牛乳、豚肉(肩ロース)、豆乳、油揚げ	キャベツ、かぶ、根、バナナ、たまねぎ、人参、スナッパえんどう	みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、料理酒、みりん風調味料、削り節(だし用)	① 牛乳②菓子 ① 米粉のバナナ豆乳ケーキ ② 牛乳	エネルギー 565 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 22 g カルシウム 185 g
28 水	① ご飯 ② 鶏肉とレタスのスープ ③ 魚のカレームニエル ④ トマトと玉葱のサラダ	米、パンズパン、米ぬか油、米粉、三温糖、片栗粉	牛乳、魚(かれい)、豚挽肉(赤身)、鶏もも肉	たまねぎ、果物、トマト、レタス、人参、きゅうり	ケチャップ、酢、しょうゆ、塩、昆布(だし用)、カレー粉、こしょう	① 牛乳②菓子 ① ミートサンド ② 牛乳 ③ 果物	エネルギー 518 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 16.7 g カルシウム 151 g
29 木	① ご飯 ② じゃが芋のすまし汁 ③ 豆腐入り松風焼き ④ 小松菜と人参のしらす和え	米、小麦粉、じゃがいも、揚げ油、三温糖、片栗粉、白ごま、バター	牛乳、豚挽肉(赤身)、木綿豆腐、脱脂粉乳、しらす干し	たまねぎ、こまつな、人参、にら	みそ、削り節(だし用)、しょうゆ、料理酒、みりん風調味料、昆布(だし用)、塩	① 牛乳②菓子 ① キャロットドーナッツ ② 牛乳	エネルギー 555 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 17.9 g カルシウム 304 g
30 金	① ご飯 ② もやしと人参のみそ汁 ③ 魚ステーキの甘辛ソースかけ ④ 春野菜炒め	米、食パン、米ぬか油、米粉、三温糖	牛乳、魚(かじき)、ピザ用チーズ、ハム	もやし、たまねぎ、人参、キャベツ、グリーンアスパラガス、りんご、万能ねぎ	みそ、煮干し(だし用)、しょうゆ、料理酒、塩、こしょう	① 牛乳②菓子 ① ハムチーズホットサンド ② 牛乳	エネルギー 518 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 18 g カルシウム 217 g
31 土	① ご飯 ② キャベツのみそ汁 ③ 肉じゃが ④ 小松菜と大根のおかか和え	米、じゃがいも、三温糖、米ぬか油	牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏もも肉、かつお節	たまねぎ、大根、こまつな、キャベツ、人参、ごぼう	みそ、しょうゆ、煮干し(だし用)、みりん風調味料、料理酒、削り節(だし用)、塩	① 牛乳②菓子 ① 鶏ごぼうご飯 ② 牛乳	エネルギー 558 kcal たんぱく質 20 g 脂 質 15 g カルシウム 170 g

今月の栄養価

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
3歳以上児	539	20.9	16.2	752	187	1.8	202	0.36	0.33	21	4.6	1.9
3歳未満児	527	21.1	18.5	787	288	1.5	210	0.34	0.45	18	3.7	1.7

* 食事には、麦茶が付きまます。

* 日々の栄養価は、幼児食の栄養価になります。

* 献立は園の行事・その他の都合で、多少変更する場合もございますので、ご了承ください。

献立表

令和7年5月

練馬区立南大泉保育園(離乳後期)

日付	午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
曜日				
01 木	5倍粥 人参とかぶのみそ汁 ツナとじゃが芋の煮物 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、かぶ・根、みそ、/ツナ油漬缶、じゃがいも、キャベツ、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 キャベツと小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	371 13 12.4 2.6
02 金	5倍粥 キャベツとさやいんげんのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、さやいんげん、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 大根と人参のスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	341 12.7 9.3 1.7
07 水	5倍粥 大根と人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、/水、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、/鶏ひき肉、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	トースト 人参とじゃが芋のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	348 12.9 10 3.5
08 木	5倍粥 玉葱とレタスのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、レタス、みそ、/魚、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、木綿豆腐、レタス、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	351 12.5 10.4 1.7
09 金	5倍粥 シチュー 小松菜と人参の煮浸し ミルク	米、水、/水、鶏ひき肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、牛乳、塩、/こまつな、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、/育児用ミルク、/パンズパン、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パンズパン 玉葱と小松菜のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	375 13.5 11.3 3.9
10 土	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参とキャベツのスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	348 12.8 9.3 1.9
12 月	5倍粥 玉葱とほうれん草のスープ 鶏挽肉とさつま芋のケチャップ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれん草、しょうゆ、/鶏ひき肉、さつま芋、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、さやいんげん、しょうゆ、/鶏ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、ほうれん草、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参とさやいんげんのスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	359 12.8 9.6 2.1
13 火	5倍粥 人参とかぶのみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、かぶ・根、みそ、/鶏ひき肉、木綿豆腐、キャベツ、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、かぶ・根、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 キャベツとかぶのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	346 12.8 9.8 1.9
14 水	5倍粥 レタスと人参のスープ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、レタス、人参、しょうゆ、/魚、トマト、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/パンズパン、/水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、レタス、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パンズパン トマトと玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	346 12.5 10.6 1.8
15 木	5倍粥 玉葱と小松菜のすまし汁 豆腐と人参のみそそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/パンズパン、/水、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	350 12.9 9.7 2.6
16 金	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/白身魚、キャベツ、グリーンアスパラガス、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、グリーンアスパラガス、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 アスパラと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	345 13.3 8.8 2.7
17 土	5倍粥 玉葱とキャベツのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、キャベツ、みそ、/鶏ひき肉、じゃがいも、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、たまねぎ、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	347 13 9.3 2.6
19 月	5倍粥 玉葱とチンゲンサイのすまし汁 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、かぶ・根、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 かぶと玉葱のスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	342 12.5 9.2 1.6
20 火	5倍粥 玉葱とレタスのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、レタス、みそ、/魚、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、木綿豆腐、レタス、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	351 12.5 10.4 1.7

献立表

令和7年5月

練馬区立南大泉保育園(離乳後期)

日付 曜日	午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
21 水	5倍粥 大根と人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、/水、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、/鶏ひき肉、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	トースト 人参とじゃが芋のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	348 12.9 10 3.5
22 木	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/魚、キャベツ、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/干しうどん、鶏ひき肉、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、ほうれんそう、しょうゆ、/人参、/育児用ミルク、	あんかけうどん キャベツとほうれん草のスー プ ボイル人参 ミルク	345 13.3 10 2.4
23 金	5倍粥 シチュー 小松菜と人参の煮浸し ミルク	米、水、/水、鶏ひき肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、牛乳、塩、/こまつな、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、/育児用ミルク、/パンズパン、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パンズパン 玉葱と小松菜のスー プ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	375 13.5 11.3 3.9
24 土	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参とキャベツのスー プ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	348 12.8 9.3 1.9
26 月	5倍粥 玉葱とほうれん草のスー プ 鶏挽肉とさつま芋のケチャップ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、/鶏ひき肉、さつまいも、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、さやいんげん、しょうゆ、/鶏ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参とさやいんげんのスー プ 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	359 12.8 9.6 2.1
27 火	5倍粥 人参とかぶのみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、かぶ・根、みそ、/鶏ひき肉、木綿豆腐、キャベツ、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、かぶ・根、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 キャベツとかぶのスー プ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	346 12.8 9.8 1.9
28 水	5倍粥 レタスと人参のスー プ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、レタス、人参、しょうゆ、/魚、トマト、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/パンズパン、/水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、レタス、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パンズパン トマトと玉葱のスー プ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	346 12.5 10.6 1.8
29 木	5倍粥 玉葱と小松菜のすまし汁 豆腐と人参のみそそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と玉葱のスー プ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	350 12.9 9.7 2.6
30 金	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/魚、キャベツ、グリーンアスパラガス、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、ピザ用チーズ、/水、削り節(だし用)、グリーンアスパラガス、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	チーズトースト アスパラと玉葱のスー プ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	359 13.5 11.7 2.1
31 土	5倍粥 玉葱とキャベツのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、キャベツ、みそ、/鶏ひき肉、じゃがいも、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、たまねぎ、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参と小松菜のスー プ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	347 13 9.3 2.6

* 食事には、麦茶がつきます。

* 献立は園の行事・その他の都合で、多少変更する場合もございますので、ご了承ください。

献立表

令和7年5月

練馬区立南大泉保育園(離乳中期)

日付	午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
曜日				
01 木	5倍粥 人参とかぶのみそ汁 ツナとじゃが芋の煮物 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、かぶ・根、みそ、／ツナ油漬缶、じゃがいも、キャベツ、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、キャベツ、こまつな、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 キャベツと小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	369 11.5 13.7 2.1
02 金	5倍粥 キャベツとさやいんげんのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、さやいんげん、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、大根、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 大根と人参のスープ 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	347 11.2 11.5 1.3
07 水	5倍粥 大根と人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／食パン、水、／水、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	パン粥 人参とじゃが芋のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	357 11.5 12.2 2.8
08 木	5倍粥 玉葱とレタスのみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、たまねぎ、レタス、みそ、／白身魚、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、レタス、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	351 11.9 11.7 1.2
09 金	5倍粥 シチュー 小松菜と人参の煮浸し ミルク	米、水、／水、鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、牛乳、塩、／こまつな、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、／育児用ミルク、／パンズパン、水、／水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	パン粥 玉葱と小松菜のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	380 12 13.2 3.3
10 土	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参とキャベツのスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	352 11.3 11.6 1.4
12 月	5倍粥 玉葱とほうれん草のスープ 鶏挽肉とさつま芋のケチャップ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれん草、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、さつま芋、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、さやいんげん、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、凍り豆腐、たまねぎ、ほうれん草、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参とさやいんげんのスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	366 11.8 11.9 1.5
13 火	5倍粥 人参とかぶのみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、かぶ・根、みそ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、キャベツ、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、キャベツ、かぶ・根、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 キャベツとかぶのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	355 11.9 12 1.4
14 水	5倍粥 レタスと人参のスープ 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、レタス、人参、しょうゆ、／白身魚、トマト、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／パンズパン、水、／水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、レタス、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	パン粥 トマトと玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	346 11.3 11.8 1.3
15 木	5倍粥 玉葱と小松菜のすまし汁 豆腐と人参のみそそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、キャベツ、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	358 12 12 1.9
16 金	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／白身魚、キャベツ、グリーンアスパラガス、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、グリーンアスパラガス、人参、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 アスパラと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	351 11.7 11.2 2.2
17 土	5倍粥 玉葱とキャベツのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、たまねぎ、キャベツ、みそ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	354 11.5 11.6 2.1
19 月	5倍粥 玉葱とチンゲンサイのすまし汁 鶏挽肉と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、チンゲンサイ、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、かぶ・根、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、かぶ・根、たまねぎ、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 かぶと玉葱のスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	348 11.1 11.5 1.2
20 火	5倍粥 玉葱とレタスのみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、たまねぎ、レタス、みそ、／白身魚、人参、チンゲンサイ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、レタス、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	5倍粥 人参と玉葱のスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	351 11.9 11.7 1.2

献立表

令和7年5月

練馬区立南大泉保育園(離乳中期)

日付	午前食	材料名	午後食	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
曜日				
21 水	5倍粥 大根と人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、人参、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、大根、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パン粥 人参とじゃが芋のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	357 11.5 12.2 2.8
22 木	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/白身魚、キャベツ、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/パンズパン、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、みそ、/白身魚、キャベツ、ほうれんそう、しょうゆ、/人参、/育児用ミルク、	あんかけうどん キャベツとほうれん草のスープ ボイル人参 ミルク	340 11.8 11.2 1.7
23 金	5倍粥 シチュー 小松菜と人参の煮浸し ミルク	米、水、/水、鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、じゃがいも、米粉、水、牛乳、塩、/こまつな、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、/育児用ミルク、/パンズパン、水、/水、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パン粥 玉葱と小松菜のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	380 12 13.2 3.3
24 土	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、キャベツ、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参とキャベツのスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	352 11.3 11.6 1.4
26 月	5倍粥 玉葱とほうれん草のスープ 鶏挽肉とさつま芋のケチャップ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、さつまいも、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、さやいんげん、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、凍り豆腐、たまねぎ、ほうれんそう、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参とさやいんげんのスープ 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	366 11.8 11.9 1.5
27 火	5倍粥 人参とかぶのみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、かぶ・根、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、キャベツ、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、キャベツ、かぶ・根、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 キャベツとかぶのスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	355 11.9 12 1.4
28 水	5倍粥 レタスと人参のスープ 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、レタス、人参、しょうゆ、/白身魚、トマト、たまねぎ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/パンズパン、水、/水、削り節(だし用)、トマト、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、レタス、人参、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パン粥 トマトと玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜のケチャップ煮 ミルク	346 11.3 11.8 1.3
29 木	5倍粥 玉葱と小松菜のすまし汁 豆腐と人参のみそそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、木綿豆腐、人参、水、削り節(だし用)、三温糖、みそ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 じゃが芋と玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	358 12 12 1.9
30 金	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 白身魚の野菜煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、/白身魚、キャベツ、グリーンアスパラガス、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/食パン、水、/水、削り節(だし用)、グリーンアスパラガス、たまねぎ、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、人参、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	パン粥 アスパラと玉葱のスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	348 11.8 11.9 1.6
31 土	5倍粥 玉葱とキャベツのみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、/水、煮干し(だし用)、たまねぎ、キャベツ、みそ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、じゃがいも、人参、こまつな、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、/米、水、/水、削り節(だし用)、人参、こまつな、しょうゆ、/鶏ひき肉、片栗粉、水、たまねぎ、キャベツ、水、削り節(だし用)、三温糖、しょうゆ、片栗粉、水、/育児用ミルク、	5倍粥 人参と小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	354 11.5 11.6 2.1

* 食事には、麦茶がつきます。

* 献立は園の行事・その他の都合で、多少変更する場合もございますので、ご了承ください。