

献立表

令和8年9月

練馬区立南大泉保育園

日 ／ 曜	献立名	材料名(屋食・3時おやつ)				乳児午前おやつ 3時おやつ	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		
01 ～ 火 ～	① ご飯 ② 鶏肉とさつま芋のスープ ③ 魚ステーキの甘辛ソースかけ ④ ズッキーニと人参炒め	米、焼きそばめん、さつまいも、米ぬか油、米粉、片栗粉、三温糖、ごま油	牛乳、魚(さけ)、豚肉(もも)、鶏もも肉	人参、ズッキーニ、たまねぎ、もやし、チンゲンサイ、りんご、にら	しょうゆ、料理酒、塩、昆布(だし用)、こしょう	① 菓子②牛乳 ① あんかけ焼きそば ② 牛乳	エネルギー 538 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 18.2 g カルシウム 170 mg
02 ～ 水 ～	① ご飯 ② 豆腐と大根のみそ汁 ③ かぼちゃのコロッケ ④ キャベツともやしのさっぱり和え	米、パンズパン、揚げ油、三温糖、パン粉(揚物用)、小麦粉、米ぬか油	牛乳、木綿豆腐、豚挽肉(赤身)、あずき(乾)	かぼちゃ、果物(メロン)、キャベツ、大根、もやし、たまねぎ、人参	みそ、煮干し(だし用)、ケチャップ、酢、中濃ソース、塩、しょうゆ、こしょう	① 菓子②牛乳 ① あんぱん ② 牛乳 ③ 果物(メロン)	エネルギー 569 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 15.5 g カルシウム 180 mg
03 ～ 木 ～	① 麦入りご飯 ② 豚肉と冬瓜のみそ汁 ③ 煮魚 ④ 白菜と人参のごま和え	米、もち米、押麦、三温糖、すりごま、米ぬか油	牛乳、魚(かれい)、豚肉(もも)、鶏もも肉	はくさい、とうがらん、人参、たまねぎ、チンゲンサイ、しいたけ、えのきたけ、さやいんげん、しょうが	しょうゆ、みそ、煮干し(だし用)、みりん風調味料、料理酒、塩	① 菓子②牛乳 ① きのこの炊きおこわ ② 牛乳	エネルギー 536 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 12.9 g カルシウム 191 mg
04 ～ 金 ～	① チキンカレーライス ② 切干大根とひじきのサラダ	米、食パン、じゃがいも、米ぬか油、米粉、押麦、はちみつ、三温糖	牛乳、鶏もも肉、クリームチーズ、ひじき	人参、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 菓子②牛乳 ① ハニークリームチーズトースト ② 牛乳	エネルギー 561 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 17.5 g カルシウム 193 mg
05 ～ 土 ～	① ご飯 ② キャベツと玉葱のスープ ③ 豚肉のにんにく醤油炒め ④ もやしと人参のナムル	米、米ぬか油、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏ひき肉	たまねぎ、もやし、キャベツ、人参、にら、ピーマン、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、削り節(だし用)、料理酒、塩、昆布(だし用)	① 菓子②牛乳 ① ケチャップライス ② 牛乳	エネルギー 543 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 16.3 g カルシウム 142 mg
07 ～ 月 ～	① ご飯 ② 豆腐と油揚げのスープ ③ かぼちゃのそぼろ煮 ④ ほうれん草と人参の磯和え	米、米粉、コーンスターチ、三温糖、米ぬか油、片栗粉	牛乳、豚挽肉(赤身)、木綿豆腐、豆乳、ウインナー、油揚げ、焼きのり	かぼちゃ、ほうれんそう、人参、もやし	しょうゆ、削り節(だし用)、塩、昆布(だし用)、カレー粉	① 菓子②牛乳 ① 米粉のカレー豆乳蒸しパン ② 牛乳	エネルギー 511 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 14 g カルシウム 206 mg
08 ～ 火 ～	① ご飯 ② 玉葱のすまし汁 ③ 豚肉となすのみそ炒め ④ 人参といんげんのお浸し	米、米ぬか油、三温糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、チーズ、かつお節	たまねぎ、なす、人参、さやいんげん、チンゲンサイ、にんにく、しょうが	みそ、しょうゆ、削り節(だし用)、料理酒、昆布(だし用)、塩	① 菓子②牛乳 ① おかかチーズの焼きおにぎり ② 牛乳	エネルギー 535 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 16.1 g カルシウム 170 mg
09 ～ 水 ～	① ご飯 ② 鶏肉とわかめのみそ汁 ③ かつおのフライ ④ キャベツときゅうりのサラダ	米、食パン、パン粉(揚物用)、揚げ油、三温糖、小麦粉、バター、米ぬか油	牛乳、かつお(秋)、鶏もも肉、生わかめ	果物(メロン)、とうがらん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、人参、しょうが、にんにく	みそ、料理酒、煮干し(だし用)、ケチャップ、酢、中濃ソース、塩	① 菓子②牛乳 ① シュガートースト ② 牛乳 ③ 果物(メロン)	エネルギー 546 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 17.1 g カルシウム 155 mg
10 ～ 木 ～	① 鮭ご飯 ② 玉葱と油揚げのみそ汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ 野菜炒め	米、小麦粉、バター、米ぬか油、三温糖、白ごま	牛乳、鶏もも肉、さけ(塩)、油揚げ、脱脂粉乳、ベーコン	たまねぎ、もやし、こまつな、人参、ごぼう、しょうが	みそ、煮干し(だし用)、しょうゆ、料理酒、みりん風調味料、塩、こしょう	① 菓子②牛乳 ① オニオンブレッド ② 牛乳	エネルギー 511 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 16.3 g カルシウム 279 mg
11 ～ 金 ～	① ご飯 ② 豚肉とかぼちゃのスープ ③ 魚のトマトソースかけ ④ ボイルキャベツ	米、食パン、米ぬか油、三温糖、米粉	牛乳、魚(かじき)、豚肉(もも)	キャベツ、かぼちゃ、ホールトマト缶詰、たまねぎ、ブルーベリー、人参、りんご、ねぎ、さやいんげん	しょうゆ、塩、昆布(だし用)、こしょう	① 菓子②牛乳 ① ブルーンジャムサンド ② 牛乳	エネルギー 516 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 15 g カルシウム 160 mg
12 ～ 土 ～	① ご飯 ② 大根のみそ汁 ③ 鶏肉とじゃが芋の煮物 ④ 人参とピーマンのごま油炒め	米、じゃがいも、米ぬか油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、豚挽肉(赤身)	人参、大根、ピーマン、たまねぎ、こまつな	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)、塩	① 菓子②牛乳 ① そぼろご飯 ② 牛乳	エネルギー 515 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 10.9 g カルシウム 149 mg
14 ～ 月 ～	① ご飯 ② 豆腐のみそ汁 ③ 豚肉のくわ焼き ④ 小松菜のお浸し ⑤ トマト	米、小麦粉、三温糖、バター、米ぬか油	牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、脱脂粉乳	トマト、たまねぎ、こまつな、りんご、もやし、人参	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 菓子②牛乳 ① アップルケーキ ② 牛乳	エネルギー 553 kcal たんぱく質 21 g 脂 質 19.9 g カルシウム 273 mg
15 ～ 火 ～	① ご飯 ② 鶏肉とさつま芋のスープ ③ 魚ステーキの甘辛ソースかけ ④ ズッキーニと人参炒め	米、焼きそばめん、さつまいも、米ぬか油、米粉、片栗粉、三温糖、ごま油	牛乳、魚(さけ)、豚肉(もも)、鶏もも肉	人参、ズッキーニ、たまねぎ、もやし、チンゲンサイ、りんご、にら	しょうゆ、料理酒、塩、昆布(だし用)、こしょう	① 菓子②牛乳 ① あんかけ焼きそば ② 牛乳	エネルギー 538 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 18.2 g カルシウム 170 mg
16 ～ 水 ～	① ご飯 ② 豆腐と大根のみそ汁 ③ かぼちゃのコロッケ ④ キャベツともやしのさっぱり和え	米、パンズパン、揚げ油、三温糖、パン粉(揚物用)、小麦粉、米ぬか油	牛乳、木綿豆腐、豚挽肉(赤身)、あずき(乾)	かぼちゃ、果物(メロン)、キャベツ、大根、もやし、たまねぎ、人参	みそ、煮干し(だし用)、ケチャップ、酢、中濃ソース、塩、しょうゆ、こしょう	① 菓子②牛乳 ① あんぱん ② 牛乳 ③ 果物(メロン)	エネルギー 569 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 15.5 g カルシウム 180 mg

献立表

令和8年9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	
17 木	① 麦入りご飯 ② 豚肉と冬瓜のみそ汁 ③ 煮魚 ④ 白菜と人参のごま和え	米、もち米、押麦、三温糖、すりごま、米ぬか油	牛乳、魚(かれい)、豚肉(もも)、鶏もも肉	はくさい、とうがん、人参、たまねぎ、チンゲンサイ、しいたけ、えのきたけ、さやいんげん、しょうが	しょうゆ、みそ、煮干し(だし用)、みりん風調味料、料理酒、塩	① 菓子②牛乳 ① きのこの炊きおこわ ② 牛乳	エネルギー 536 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 12.9 g カルシウム 191 mg
18 金	① さつま芋カレーライス ② 切干大根とひじきのサラダ	米、さつまいも、食パン、米ぬか油、米粉、押麦、はちみつ、三温糖	牛乳、鶏もも肉、クリームチーズ、ひじき	人参、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 菓子②牛乳 ① ハニークリームチーズトースト ② 牛乳	エネルギー 572 kcal たんぱく質 15.9 g 脂 質 15.9 g カルシウム 206 mg
19 土	① ご飯 ② キャベツと玉葱のスープ ③ 豚肉のにんにく醤油炒め ④ もやしと人参のナムル	米、米ぬか油、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏ひき肉	たまねぎ、もやし、キャベツ、人参、にら、ピーマン、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、削り節(だし用)、料理酒、塩、昆布(だし用)	① 菓子②牛乳 ① ケチャップライス ② 牛乳	エネルギー 543 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 16.3 g カルシウム 142 mg
24 木	① 鮭ご飯 ② 玉葱と油揚げのみそ汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ 野菜炒め	米、小麦粉、バター、米ぬか油、三温糖、白ごま	牛乳、鶏もも肉、さけ(塩)、油揚げ、脱脂粉乳、ベーコン	たまねぎ、もやし、こまつな、人参、ごぼう、しょうが	みそ、煮干し(だし用)、しょうゆ、料理酒、みりん風調味料、塩、こしょう	① 菓子②牛乳 ① オニオンブレッド ② 牛乳	エネルギー 511 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 16.3 g カルシウム 279 mg
25 金	① 菜飯 ② 麩と大根のすまし汁 ③ 魚の西京焼き ④ 里芋のそぼろ煮 ⑤ きゅうりのごま酢和え	米、小麦粉、さといも、さつまいも、三温糖、焼ふ、すりごま、米ぬか油	牛乳、魚(かじき)、鶏ひき肉	果物(みかん)、きゅうり、大根、こまつな、人参、たまねぎ	甘みそ、しょうゆ、削り節(だし用)、料理酒、昆布(だし用)、塩、酢、みりん風調味料	① 菓子②牛乳 ① お月見まんじゅう ② 牛乳 ③ 果物(みかん)	エネルギー 523 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 10.8 g カルシウム 216 mg
26 土	① ご飯 ② 大根のみそ汁 ③ 鶏肉とじゃが芋の煮物 ④ 人参とピーマンのごま油炒め	米、じゃがいも、米ぬか油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、豚挽肉(赤身)	人参、大根、ピーマン、たまねぎ、こまつな	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)、塩	① 菓子②牛乳 ① そぼろご飯 ② 牛乳	エネルギー 515 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 10.9 g カルシウム 149 mg
28 月	① ご飯 ② 豆腐のみそ汁 ③ 豚肉のくわ焼き ④ 小松菜のお浸し ⑤ トマト	米、小麦粉、三温糖、バター、米ぬか油	牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、脱脂粉乳	トマト、たまねぎ、こまつな、りんご、もやし、人参	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 菓子②牛乳 ① アップルケーキ ② 牛乳	エネルギー 553 kcal たんぱく質 21 g 脂 質 19.9 g カルシウム 273 mg
29 火	① ご飯 ② 白菜のみそ汁 ③ 魚のごま照り焼き ④ 里芋と人参の煮物 ⑤ ボイルブロッコリー	米、さといも、白ごま、三温糖、ごま油、米ぬか油	牛乳、魚(ぶり)、豚挽肉(赤身)	人参、ブロッコリー、はくさい、ほうれんそう、万能ねぎ、しょうが	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 菓子②牛乳 ① ビビンバ ② 牛乳	エネルギー 549 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 13.5 g カルシウム 204 mg
30 水	① ご飯 ② 玉葱とベーコンのスープ ③ 豆腐ハンバーグ ④ キャベツとズッキーニのサラダ	米、食パン、じゃがいも、パン粉、バター、米ぬか油、三温糖、片栗粉	牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、ベーコン、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、ズッキーニ、人参、チンゲンサイ	しょうゆ、酢、塩、みりん風調味料、昆布(だし用)、こしょう	① 菓子②牛乳 ① チーズラスク ② 牛乳	エネルギー 519 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 17.1 g カルシウム 187 mg

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	537	20.9	15.5	761	194	1.8	227	0.34	0.34	24	3.8	1.9
3歳未満児	525	21.1	17.9	795	293	1.5	230	0.32	0.45	20	3.1	1.7

* 食事には、麦茶がつかます。

* 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8年9月

練馬区立南大泉保育園(離乳完了期)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は午前おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
01 火	ご飯 鶏肉とさつま芋のスープ 魚ステーキの甘辛ソースかけ ズッキーニと人参炒め	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、鶏もも肉、人参、さつまいも、にら、塩、しょうゆ、／魚(さけ)、塩、こしょう、米粉、米ぬか油、たまねぎ、米ぬか油、りんご、三温糖、料理酒、しょうゆ、／人参、ズッキーニ、米ぬか油、塩、こしょう、／焼きそばめん、米ぬか油、豚肉(もも)、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、／牛乳、	◎牛乳・菓子 あんかけ焼きそば 牛乳	526 21.7 20.1 3.2
02 水	ご飯 豆腐と大根のみそ汁 かぼちゃのコロツケ キャベツともやしのさっぱり和え	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、人参、大根、木綿豆腐、みそ、／豚挽肉(赤身)、たまねぎ、米ぬか油、塩、こしょう、かぼちゃ、小麦粉、水、パン粉(揚物用)、揚げ油、三温糖、ケチャップ、中濃ソース、水、／キャベツ、もやし、三温糖、塩、酢、しょうゆ、／パンズパン、あずき(乾)、三温糖、塩、／牛乳、果物(メロン)、	◎牛乳・菓子 あんぱん 牛乳・果物(メロン)	550 19.3 17.8 4.8
03 木	麦入りご飯 豚肉と冬瓜のみそ汁 煮魚 白菜と人参のごま和え	牛乳、菓子、／米、押麦、／水、煮干し(だし用)、豚肉(もも)、たまねぎ、とうがん、みそ、さやいんげん、／魚(かれい)、水、しょうが、三温糖、料理酒、みりん風調味料、しょうゆ、／はくさい、人参、チンゲンサイ、三温糖、しょうゆ、すりごま、／米、もち米、鶏もも肉、人参、しいたけ、えのきたけ、米ぬか油、料理酒、みりん風調味料、塩、しょうゆ、／牛乳、	◎牛乳・菓子 きのこの炊きおこわ 牛乳	524 23.6 15.8 2.7
04 金	チキンカレーライス 切干大根とひじきのサラダ	牛乳、菓子、／米、押麦、にんにく、しょうが、鶏もも肉、こしょう、たまねぎ、人参、米ぬか油、水、じゃがいも、りんご、カレー粉、ケチャップ、中濃ソース、三温糖、塩、しょうゆ、米粉、水、米ぬか油、／切り干しだいこん、人参、こまつな、ひじき、酢、米ぬか油、三温糖、塩、しょうゆ、／食パン、クリームチーズ、はちみつ、／牛乳、	◎牛乳・菓子 ハニークリームチーズトースト 牛乳	544 18.6 19.5 5.7
05 土	ご飯 キャベツと玉葱のスープ 豚肉のにんにく醤油炒め もやしと人参のナムル	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、キャベツ、塩、しょうゆ、／豚肉(肩ロース)、にんにく、料理酒、しょうゆ、たまねぎ、にら、米ぬか油、／もやし、人参、三温糖、しょうゆ、ごま油、／米、鶏ひき肉、たまねぎ、人参、米ぬか油、ケチャップ、塩、ピーマン、／牛乳、	◎牛乳・菓子 ケチャップライス 牛乳	530 19.8 18.6 1.9
07 月	ご飯 豆腐と油揚げのスープ かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草と人参の磯和え	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、もやし、油揚げ、木綿豆腐、塩、しょうゆ、／豚挽肉(赤身)、米ぬか油、水、削り節(だし用)、かぼちゃ、三温糖、塩、しょうゆ、片栗粉、水、／ほうれんそう、人参、水、削り節(だし用)、しょうゆ、焼きのり、／米粉、コーンスターチ、ベーキングパウダー、カレー粉、豆乳、三温糖、米ぬか油、ウインナー、／牛乳、	◎牛乳・菓子 米粉のカレー豆乳蒸しパン 牛乳	505 20.7 16.6 3.4
08 火	ご飯 玉葱のすまし汁 豚肉となすのみそ炒め 人参といんげんのお浸し	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、チンゲンサイ、塩、しょうゆ、／にんにく、しょうが、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、なす、米ぬか油、三温糖、料理酒、みそ、／人参、さやいんげん、水、削り節(だし用)、しょうゆ、／米、かつお節、しょうゆ、チーズ、／牛乳、	◎牛乳・菓子 おかかとチーズの焼きおにぎり 牛乳	523 19.4 18.3 1.9
09 水	ご飯 鶏肉とわかめのみそ汁 かつおのフライ キャベツときゅうりのサラダ	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、鶏もも肉、たまねぎ、とうがん、生わかめ、みそ、／かつお(秋)、しょうが、にんにく、料理酒、小麦粉、水、パン粉(揚物用)、揚げ油、三温糖、ケチャップ、中濃ソース、水、／キャベツ、人参、きゅうり、酢、米ぬか油、三温糖、塩、／食パン、三温糖、バター、／牛乳、果物(メロン)、	◎牛乳・菓子 シュガートースト 牛乳・果物(メロン)	533 21.8 19.2 2.5
10 木	鮭ご飯 玉葱と油揚げのみそ汁 鶏肉の照り焼き 野菜炒め	牛乳、菓子、／米、さけ(塩)、料理酒、白ごま、／水、煮干し(だし用)、ごぼう、人参、たまねぎ、油揚げ、みそ、／鶏もも肉、しょうが、三温糖、料理酒、みりん風調味料、しょうゆ、／人参、もやし、こまつな、米ぬか油、塩、こしょう、／ベーコン、たまねぎ、米ぬか油、小麦粉、ベーキングパウダー、脱脂粉乳、三温糖、牛乳、バター、／牛乳、	◎牛乳・菓子 オニオンブレッド 牛乳	504 24.1 18.5 2.3
11 金	ご飯 豚肉とかぼちゃのスープ 魚のトマトソースかけ ポイルキャベツ	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、豚肉(もも)、人参、かぼちゃ、ねぎ、塩、しょうゆ、／魚(かじき)、こしょう、米粉、米ぬか油、たまねぎ、米ぬか油、ホールトマト缶詰、三温糖、塩、しょうゆ、さやいんげん、／キャベツ、塩、／食パン、プルーン、りんご、三温糖、／牛乳、	◎牛乳・菓子 ブルーベリージャムサンド 牛乳	508 20.5 17.5 2.8
12 土	ご飯 大根のみそ汁 鶏肉とじゃが芋の煮物 人参とピーマンのごま油炒め	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、人参、大根、みそ、こまつな、／鶏もも肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米ぬか油、水、削り節(だし用)、三温糖、料理酒、みりん風調味料、塩、しょうゆ、／人参、ピーマン、ごま油、しょうゆ、／米、豚挽肉(赤身)、三温糖、料理酒、しょうゆ、水、／牛乳、	◎牛乳・菓子 そぼろご飯 牛乳	507 20.8 14.2 3.6
14 月	ご飯 豆腐のみそ汁 豚肉のくわ焼き 小松菜のお浸し トマト	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、木綿豆腐、みそ、／豚肉(肩ロース)、三温糖、料理酒、みりん風調味料、しょうゆ、米ぬか油、／こまつな、もやし、水、削り節(だし用)、しょうゆ、／トマト、／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、／牛乳、	◎牛乳・菓子 アップルケーキ 牛乳	538 21.2 21.4 2.3
15 火	ご飯 鶏肉とさつま芋のスープ 魚ステーキの甘辛ソースかけ ズッキーニと人参炒め	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、鶏もも肉、人参、さつまいも、にら、塩、しょうゆ、／魚(さけ)、塩、こしょう、米粉、米ぬか油、たまねぎ、米ぬか油、りんご、三温糖、料理酒、しょうゆ、／人参、ズッキーニ、米ぬか油、塩、こしょう、／焼きそばめん、米ぬか油、豚肉(もも)、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、／牛乳、	◎牛乳・菓子 あんかけ焼きそば 牛乳	526 21.7 20.1 3.2

献立表

令和8年9月

練馬区立南大泉保育園(離乳完了期)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は午前おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
16 水	ご飯 豆腐と大根のみそ汁 かぼちゃのコロッケ キャベツともやしのさっぱり和え	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、人参、大根、木綿豆腐、みそ、／豚挽肉(赤身)、たまねぎ、米ぬか油、塩、こしょう、かぼちゃ、小麦粉、水、パン粉(揚物用)、揚げ油、三温糖、ケチャップ、中濃ソース、水、／キャベツ、もやし、三温糖、塩、酢、しょうゆ、／パンズパン、あずき(乾)、三温糖、塩、／牛乳、果物(メロン)、	◎牛乳・菓子 あんぱん 牛乳・果物(メロン)	550 19.3 17.8 4.8
17 木	麦入りご飯 豚肉と冬瓜のみそ汁 煮魚 白菜と人参のごま和え	牛乳、菓子、／米、押麦、／水、煮干し(だし用)、豚肉(もも)、たまねぎ、とうがん、みそ、さやいんげん、／魚(かれい)、水、しょうが、三温糖、料理酒、みりん風調味料、しょうゆ、／はくさい、人参、チンゲンサイ、三温糖、しょうゆ、すりごま、／米、もち米、鶏もも肉、人参、しいたけ、えのきたけ、米ぬか油、料理酒、みりん風調味料、塩、しょうゆ、／牛乳、	◎牛乳・菓子 きのこの炊きおこわ 牛乳	524 23.6 15.8 2.7
18 金	さつま芋カレーライス 切干大根とひじきのサラダ	牛乳、菓子、／米、押麦、にんにく、しょうが、鶏もも肉、こしょう、たまねぎ、人参、米ぬか油、水、さつまいも、りんご、カレー粉、ケチャップ、中濃ソース、三温糖、塩、しょうゆ、米粉、水、米ぬか油、／切り干しだいこん、人参、こまつな、ひじき、酢、米ぬか油、三温糖、塩、しょうゆ、／食パン、クリームチーズ、はちみつ、／牛乳、	◎牛乳・菓子 ハニークリームチーズトースト 牛乳	553 17.1 18.2 4.3
19 土	ご飯 キャベツと玉葱のスープ 豚肉のにんにく醤油炒め もやしと人参のナムル	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、キャベツ、塩、しょうゆ、／豚肉(肩ロース)、にんにく、料理酒、しょうゆ、たまねぎ、にら、米ぬか油、／もやし、人参、三温糖、しょうゆ、ごま油、／米、鶏ひき肉、たまねぎ、人参、米ぬか油、ケチャップ、塩、ピーマン、／牛乳、	◎牛乳・菓子 ケチャップライス 牛乳	530 19.8 18.6 1.9
24 木	鮭ご飯 玉葱と油揚げのみそ汁 鶏肉の照り焼き 野菜炒め	牛乳、菓子、／米、さけ(塩)、料理酒、白ごま、／水、煮干し(だし用)、ごぼう、人参、たまねぎ、油揚げ、みそ、／鶏もも肉、しょうが、三温糖、料理酒、みりん風調味料、しょうゆ、／人参、もやし、こまつな、米ぬか油、塩、こしょう、／ベーコン、たまねぎ、米ぬか油、小麦粉、ベーキングパウダー、脱脂粉乳、三温糖、牛乳、バター、／牛乳、	◎牛乳・菓子 オニオンブレッド 牛乳	504 24.1 18.5 2.3
25 金	菜飯 麩と大根のすまし汁 魚の西京焼き 里芋のそぼろ煮 きゅうりのごま酢和え	牛乳、菓子、／米、昆布(だし用)、こまつな、料理酒、みりん風調味料、塩、しょうゆ、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、大根、焼ふ、塩、しょうゆ、／魚(かじき)、三温糖、料理酒、みりん風調味料、甘みそ、／鶏ひき肉、人参、米ぬか油、水、削り節(だし用)、さといも、三温糖、塩、しょうゆ、／きゅうり、三温糖、酢、しょうゆ、すりごま、／小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖、塩、水、さつまいも、三温糖、／牛乳、果物(みかん)、	◎牛乳・菓子 お月見まんじゅう 牛乳・果物(みかん)	514 22.1 14.1 3
26 土	ご飯 大根のみそ汁 鶏肉とじゃが芋の煮物 人参とピーマンのごま油炒め	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、人参、大根、みそ、こまつな、／鶏もも肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、米ぬか油、水、削り節(だし用)、三温糖、料理酒、みりん風調味料、塩、しょうゆ、／人参、ピーマン、ごま油、しょうゆ、／米、豚挽肉(赤身)、三温糖、料理酒、しょうゆ、水、／牛乳、	◎牛乳・菓子 そぼろご飯 牛乳	507 20.8 14.2 3.6
28 月	ご飯 豆腐のみそ汁 豚肉のくわ焼き 小松菜のお浸し トマト	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、木綿豆腐、みそ、／豚肉(肩ロース)、三温糖、料理酒、みりん風調味料、しょうゆ、米ぬか油、／こまつな、もやし、水、削り節(だし用)、しょうゆ、／トマト、／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、／牛乳、	◎牛乳・菓子 アップルケーキ 牛乳	538 21.2 21.4 2.3
29 火	ご飯 白菜のみそ汁 魚のごま照り焼き 里芋と人参の煮物 ポイルブロッコリー	牛乳、菓子、／米、／水、煮干し(だし用)、人参、はくさい、万能ねぎ、みそ、／魚(ぶり)、しょうが、三温糖、みりん風調味料、しょうゆ、白ごま、／人参、さといも、米ぬか油、水、削り節(だし用)、三温糖、塩、しょうゆ、／ブロッコリー、塩、／米、豚挽肉(赤身)、三温糖、料理酒、しょうゆ、ごま油、水、人参、ほうれんそう、ごま油、塩、／牛乳、	◎牛乳・菓子 ビビンバ 牛乳	534 24.2 16.3 3.6
30 水	ご飯 玉葱とベーコンのスープ 豆腐ハンバーグ キャベツとズッキーニのサラダ	牛乳、菓子、／米、／水、昆布(だし用)、ベーコン、人参、たまねぎ、じゃがいも、チンゲンサイ、塩、／たまねぎ、米ぬか油、鶏ひき肉、パン粉、水、木綿豆腐、塩、こしょう、三温糖、みりん風調味料、しょうゆ、水、片栗粉、水、／キャベツ、ズッキーニ、酢、米ぬか油、三温糖、塩、／食パン、粉チーズ、バター、／牛乳、	◎牛乳・菓子 チーズラスク 牛乳	510 19.4 19.1 3.7

* 食事には、麦茶がつけます。

* 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8年9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 火	5倍粥 人参とさつま芋のスープ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、さつまいも、しょうゆ、／魚(かれい)、たまねぎ、ズッキーニ、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(無塩)、鶏ひき肉、チンゲンサイ、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)、たまねぎ、ズッキーニ、しょうゆ、／人参、水、三温糖、／育児用ミルク、	あんかけうどん 玉葱とズッキーニのすまし汁 人参の甘煮 ミルク	357 13 9.9 1.5
02 水	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、かぼちゃ、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、／パンズパン、／水、削り節(だし用)、かぼちゃ、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、	パンズパン かぼちゃ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	361 13.2 10.7 2.6
03 木	5倍粥 冬瓜とさやいんげんのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、とうがん、さやいんげん、みそ、／魚(かれい)、人参、はくさい、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、はくさい、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、とうがん、さやいんげん、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 人参と白菜のすまし汁 肉団子と野菜の煮物 ミルク	345 12.5 9.9 1.7
04 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、／食パン、／水、削り節(だし用)、人参、切り干しだいこん、しょうゆ、／鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、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、	トースト 人参と切干大根のスープ じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	379 13.6 11.3 4.3
05 土	5倍粥 キャベツと玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、たまねぎ、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、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、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、	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	346 12.7 9.6 1.8
07 月	5倍粥 人参ともやしのスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、もやし、しょうゆ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、かぼちゃ、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、／米、水、／水、削り節(だし用)、かぼちゃ、ほうれんそう、みそ、／鶏ひき肉、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、	5倍粥 かぼちゃとほうれん草のみそ汁 鶏挽肉と人参の煮物 ミルク	358 13.3 9.8 2.5
08 火	5倍粥 玉葱とチンゲンサイのすまし汁 肉団子と野菜のみそ煮 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、なす、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)、なす、さやいんげん、しょうゆ、／鶏ひき肉、焼ふ、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 なすとさやいんげんのスープ 鶏挽肉と麩の煮物 ミルク	342 12.7 9.2 1.7
09 水	5倍粥 冬瓜とわかめのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、とうがん、たまねぎ、生わかめ、みそ、／魚(かれい)、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、／食パン、バター、／水、削り節(だし用)、人参、キャベツ、しょうゆ、／鶏ひき肉、とうがん、たまねぎ、水、三温糖、ケチャップ、片栗粉、水、／育児用ミルク、	バタートースト 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	364 12.7 12.4 2.1
10 木	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、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)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、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 玉葱と小松菜のすまし汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	348 12.9 9.8 2
11 金	5倍粥 人参とかぼちゃのスープ 魚のトマト煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、かぼちゃ、しょうゆ、／魚(かれい)、ホールトマト缶詰、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、キャベツ、しょうゆ、／鶏ひき肉、かぼちゃ、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 人参とキャベツのすまし汁 鶏挽肉とかぼちゃの煮物 ミルク	361 12.9 10.7 2.5
12 土	5倍粥 大根と小松菜のみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、大根、こまつな、みそ、／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、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、／鶏ひき肉、大根、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 人参とじゃが芋のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	347 12.9 9.3 3.2
14 月	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、トマト、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)、トマト、こまつな、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 トマトと小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	346 12.8 9.8 1.7
15 火	5倍粥 人参とさつま芋のスープ 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、さつまいも、しょうゆ、／魚(かれい)、たまねぎ、ズッキーニ、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(無塩)、鶏ひき肉、チンゲンサイ、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)、たまねぎ、ズッキーニ、しょうゆ、／人参、水、三温糖、／育児用ミルク、	あんかけうどん 玉葱とズッキーニのすまし汁 人参の甘煮 ミルク	357 13 9.9 1.5

献立表

令和8年9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
16 水	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、かぼちゃ、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、／パンズパン、／水、削り節(だし用)、かぼちゃ、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、	パンズパン かぼちゃ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	361 13.2 10.7 2.6
17 木	5倍粥 冬瓜とさやいんげんのみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、とうがん、さやいんげん、みそ、／魚(かれい)、人参、はくさい、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、はくさい、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、とうがん、さやいんげん、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 人参と白菜のすまし汁 肉団子と野菜の煮物 ミルク	345 12.5 9.9 1.7
18 金	5倍粥 さつま芋のシチュー 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、さつまいも、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、／食パン、／水、削り節(だし用)、人参、切り干しだいこん、しょうゆ、／鶏ひき肉、さつまいも、たまねぎ、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、	トースト 人参と切干大根のスープ さつま芋のそぼろ煮 ミルク	394 13.5 11.3 2.8
19 土	5倍粥 キャベツと玉葱のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、キャベツ、たまねぎ、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、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、凍り豆腐、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、	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 鶏挽肉と高野豆腐の煮物 ミルク	346 12.7 9.6 1.8
24 木	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、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)、たまねぎ、こまつな、しょうゆ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、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 玉葱と小松菜のすまし汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	348 12.9 9.8 2
25 金	5倍粥 大根と玉葱のすまし汁 魚と野菜のみそ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、大根、たまねぎ、しょうゆ、／魚(かれい)、人参、こまつな、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)、人参、こまつな、しょうゆ、／鶏ひき肉、さつまいも、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、	5倍粥 人参と小松菜のスープ さつま芋のそぼろ煮 ミルク	358 12.6 9.9 1.9
26 土	5倍粥 大根と小松菜のみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、大根、こまつな、みそ、／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、／米、水、／水、削り節(だし用)、人参、じゃがいも、しょうゆ、／鶏ひき肉、大根、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 人参とじゃが芋のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	347 12.9 9.3 3.2
28 月	5倍粥 人参と玉葱のみそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、人参、たまねぎ、みそ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、トマト、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)、トマト、こまつな、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 トマトと小松菜のスープ 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	346 12.8 9.8 1.7
29 火	5倍粥 白菜のみそ汁 魚の野菜煮 ミルク	米、水、／水、煮干し(だし用)、はくさい、みそ、／魚(かれい)、人参、ブロッコリー、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、ブロッコリー、しょうゆ、／鶏ひき肉、片栗粉、水、はくさい、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 人参とブロッコリーのスープ 肉団子と野菜の煮物 ミルク	348 13.5 10 2.4
30 水	5倍粥 人参とチンゲンサイのスープ 豆腐と野菜のそぼろ煮 ミルク	米、水、／水、昆布(だし用)、削り節(だし用)、人参、チンゲンサイ、しょうゆ、／鶏ひき肉、木綿豆腐、キャベツ、ズッキーニ、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)、キャベツ、ズッキーニ、しょうゆ、／鶏ひき肉、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、	トースト キャベツとズッキーニのすまし汁 鶏挽肉と野菜の煮物 ミルク	340 12.9 10.5 2

* 食事には、麦茶がつかます。

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