

令和6年11月 国立ひまわり保育園

日						
/ 曜	時間帯	献立	黄	赤	緑	7.70
1	昼食	① ごはん	熱と力になるもの 米	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
金		② 麩と水菜の味噌汁 ③ 厚揚げと鶏肉の煮物 ④ 小松菜としらすの磯和え ⑤ グレープフルーツ	か 焼麩(小町麩) 油、三温糖	鶏もも肉、厚揚げ しらす干し、刻み海苔	水菜 大根、人参 キャベツ、小松菜 グレープフルーツ	米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、みりん風、かつお節(だし用)、酒 醤油、かつお節(だし用)
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンクリームペンネ	ペンネ、クリームコーン缶、コーン缶、小麦粉、バター、油	牛乳 牛乳、ベーコン	玉ねぎ、人参	塩、コンソメ
2 ±		② わかめと油揚げのすまし汁 ③ かぼちゃの甘煮	米、油、三温糖、片栗粉 三温糖	豚もも肉 油揚げ、カットわかめ	玉ねぎ、チンゲン菜、しめじ、にんにく、生姜 人参、長ねぎ かぼちゃ	米みそ、醤油、酒 かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩 みりん風、醤油、かつお節(だし用)
			プルマンホワイト(パン)、油、三温糖	牛乳	レモン果汁	
5火	昼食	② 切干大根のすまし汁 ③ ぶりのごま味噌焼き	米、押麦 白ごま、三温糖 さつま芋、三温糖、油	カットわかめ ぶり 鶏もも肉、大豆水煮、油揚げ、乾燥ひじき	人参、切干大根 人参、さやいんげん みかん	かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩 米みそ、酒、みりん風、醤油 醤油、かつお節(だし用)、酒、みりん風
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポンデケージョ	ミックス粉、白玉粉	牛乳 牛乳、粉チーズ		塩
6 水	昼食	① ごはん(災害用備蓄品)	米春雨三温糖、油、ごま油、片栗粉ごま油、三温糖	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 パナナ	臣布(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 しらすトースト	プルマンホワイト(パン)、マヨドレ	牛乳 しらす干し、青のり		
7 木	昼食	① ハヤシライス ② 里芋サラダ ③ 棒チーズ	米、押麦、油里芋、マヨドレ	豚もも肉 ツナ缶 チーズ	玉ねぎ、人参、マッシュルーム きゅうり、人参	ハヤシルウ、ケチャップ、中濃ソース 醤油
	午後おやつ	④ オレンジ 絵本献立○ 牛乳		牛乳	オレンジ	
8 金	昼食	① 麦入りごはん	<u>干しうどん、油</u> 米、押麦	鶏もも肉	人参、長ねぎ、ごぼう	かつお節(だし用)、みりん風、昆布(だし用)、酒、塩
金			油、片栗粉、三温糖油、三温糖	厚揚げ 鶏もも肉	大根、舞茸 レモン果汁 キャベツ、きゅうり、人参 バナナ	米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、酒、塩 酢、塩
		① 牛乳 ② スイートパンプキン	三温糖、バター	牛乳 生クリーム	かぼちゃ	
9 土		① ごはん ② かぶの味噌汁	米 じゃが芋、三温糖、油	高野豆腐、カットわかめ 豚ひき肉	かぶ 玉ねぎ、人参 チンゲン菜、もやし	米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、かつお節(だし用)、塩 醤油、かつお節(だし用)
		1 牛乳	ミックス粉、コーン缶、三温糖	牛乳 絹ごし豆腐、豆乳(無調製)	7272/1010	EM(10 = 00 M) (10 0 / 11)
11月		① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁	米 小麦粉、油、三温糖、ごま油	高野豆腐 鶏もも肉	人参、玉ねぎ 長ねぎ、にんにく、生姜 かぼちゃ オレンジ	米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、酢、塩 醤油
		① 牛乳 ② 五目ごはん(災害用備蓄品)	米、こんにゃく、三温糖、油	牛乳 油揚げ	乾燥ごぼう、乾燥人参、乾燥椎茸	醤油、塩、アミノ酸、酸化防止剤(ビタミンE)、ソルビトール
12		② キャベツスープ ③ ポークビーンズ	米、押麦 油、三温糖 油、三温糖	豚もも肉、大豆水煮 ツナ缶	キャベツ、しめじ 玉ねぎ、人参、トマトピューレ ブロッコリー、人参 バナナ	昆布(だし用)、コンソメ、塩 ケチャップ、塩 酢、塩
		① 牛乳② ココア揚げぱん	デュラムファイン(パン)、油、三温糖	牛乳		ココア
13		② じゃが芋のスープ ③ カレイのカレームニエル	米 じゃが芋 小麦粉、油 コーン缶、油	ハム カレイ	玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 オレンジ	昆布(だし用)、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 醤油、塩、こしょう
	午後おやつ	① 牛乳 ② 肉まん風	小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉	牛乳 豚ひき肉	生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜	醤油、ベーキングパウダー、塩
14 木		④ 切干大根ときゅうりのサラダ⑤ グレープフルーツ	米 片栗粉、三温糖 油、三温糖	木綿豆腐鶏ひき肉	小松菜 なめこ、長ねぎ レンコン、人参、生椎茸、生姜 きゅうり、人参、切干大根 グレープフルーツ	醤油、昆布(だし用)、酒、みりん風、塩 米みそ、煮干し、昆布(だし用) 醤油、かつお節(だし用)、みりん風、塩 酢、醤油、塩
		① 牛乳 ② 大学芋	さつま芋、三温糖、油、黒ごま	牛乳		酢、醤油
15 金	昼食	① 五目中華ラーメン② ジャーマンポテト	焼きそばめん、コーン缶、油、ごま油 じゃが芋、油 マヨドレ	豚もも肉 ベーコン	チンゲン菜、もやし、生姜 玉ねぎ ブロッコリー みかん	醤油、昆布(だし用)、中華だしの素、塩 塩、こしょう 塩
	午後おやつ	① 牛乳 ② 納豆チャーハン	米、油	牛乳 鶏ひき肉、挽きわり納豆	長ねぎ、人参	醤油、酒、塩

接	日					材 料 名		
10 日本 10	/ n##	時間帯		献立	黄かわにかるもの	赤の中のはこれです。	緑サースナウスナウ	7 O/H
		尽合	(1)	豚みそ址			体の調丁を整えるもの まねぎ チンゲン英 しめじ にんにく 生差	
対域がの対象性の対象性の対象性の対象性の対象性の対象性の対象性がある。	+				小、川、二川州、八木村			かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩
日本の	_				三温糖			
18 18 18 18 18 18 18 18		午後おやつ	1	牛乳		牛乳		
日本					プルマンホワイト(パン)、油、三温糖		レモン果汁	
日本門は「生物の教育」 加工の	18	昼食			米 		1	W **
(4)	月					99.4.4.中 巨担U		
19					油、二温桔			
本語						しらり干し、刻の海音		西油、かつの即(たし用)
日本の		午後おやつ	1	<u> </u>		<u></u> 牛乳.	7 0 7 7 0 7	
19 日本					ペンネ、クリームコーン缶、コーン缶、小麦粉、バター、油		玉ねぎ、人参	塩、コンソメ
② 30のご言味機能を 白に宝、三湖館 おりのご言味機 日に宝、三湖館 おりん風 本のシルの 大変・でかりからだし用)、酒、ありん風 本のシルの 大変・でからからだし用)、酒、ありん風 本のシルの 大変・でからからだし用)、本のシルの 本のシルの 大変・でからからだし用)、一番においます 本の主には、のは用格であり 大変・でからからだし用)、本のシルの 本のシルの 大変・でからからだし用)、本のシルの 本のシルの	19	昼食				1 380		
中部アン			2	切干大根のすまし汁		カットわかめ	人参、切干大根	かつお節(だし用)、昆布(だし用)、醤油、塩
本見から 大力・ション 大								
************************************					さつま芋、三温糖、油	鶏もも肉、大豆水煮、油揚げ、乾燥ひじき		醤油、かつお節(だし用)、酒、みりん風
2 ボンデナーション 2・ウス株・自工物 1 元						4.회	みかん	
20 日本の		午後おやつ	①	十乳 ポケージョ	こいカフ州、ウエ州			地
2 青雨 スープ	20	日合	(Z)	ホノナケーン3 **けん(※宇田農装具)		午乳、粉ナース		温
日本	7k	型艮			-		チンゲン英 エカギ	見布(だ)、田) 山華だしの表 奨油 塩
中華総大のうり	\J\					木綿豆腐 豚ひき肉		
「ハナナ			-			1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1		
1								
2 日		午後おやつ	1	牛乳				
本の								
日本の		昼食						
日本の	不				里芋、マヨドレ		きゅうり、人参	醤油
平利の						ナー人	オレンドリ	
2 異義立と心]	午後おやつ				牛 到.	オレノン	
22 日東立大和の神智十		180717			干しうどん 油		人参、長ねぎ、ごぼう	かつお節(だし用)、みりん風、昆布(だし用)、酒、塩
金	22	昼食				X4 O O 1/3	八多く及品とくとはり	3 2 0 M (C 0 11) (0) 2 1 0 M (C 0 11) (12 (E
3 第四の上で風味 油、月栗粉・三編権 土土ベツのサラダ 油、三編権 土土ベツ、で からり、人参 バナナ ドルベッ、で からり、人参 バナナ ドルベッ、					AN.11.2	厚揚げ	大根、舞茸	米みそ、煮干し、昆布(だし用)
1					油、片栗粉、三温糖			
平利					油、三温糖		キャベツ、きゅうり、人参	酢、塩
2 スイートパンプキン 三温糖、パター 生のリーム かぼちゃ 大き、私ご 大き、本 七き、三温糖 さつまず、白ごま、三温糖 さつまず、白ごま、三温糖 さつまず、白ごま、三温糖 さつまず、白ごま、三温糖 さつまず、白ごま、三温糖 さつまず、白ごま、三温糖 大き 大き 大き 大き 大き 大き 大き 大							バナナ	
日 日 日 日 日 日 日 日 日 日		午後おやつ					4	
月	0.5				三温糖、バター	生クリーム	かぼちゃ	
・	솸	旦艮			*	京野三府	人会 エわざ	少 7. ス 老工! 日左/+*! 田)
(4) かぼちゃとさつま字のごまね。	וכו				小妻粉 油 三涅特 ごき油			
日本記 1 日本						湯00 内		
中乳								
26 昼食 () 麦入以ごはん (2) キャベツスープ (3) ボークピーンズ (4) ブロッコリーサラダ (3) ボークピーンズ (4) ブロッコリーサラダ (3) ボークピーンズ (4) ブロッコリーサラダ (3) ボークピーンズ (4) ブロッコリーサラダ (3) ボークピーンス (4) ブロッコリー、人参 (7) バナ (7) ボナ (午後おやつ	1	牛乳		牛乳		
火 ② キャペツスープ ③ ボークビーンズ ④ ブロッコリーサラダ ⑤ パナー キャップ (1) 牛乳 油、三温糖 別サイム 豚もも肉、大豆水煮 ツナイム キャペツ、しめじ ブロッコリー、人参 パナナ 日本イツ・レップ、塩 グチャップ、塩 前、塩 27 女 昼食 (1) ごはん (2) じゃが芋のスープ (3) カレイのカレームニエル (4) ほうれん草とコーンのツテー (5) オレンジ 米 じゃが芋 ハ皮 加速 (1) 本別、油、三温糖 (2) 肉まん風 (4) 切下大根ときゅうりのサラダ (4) 切下大根ときゅうりのサラダ (4) サーブフルーツ (4) 大学芋 大栗粉、三温糖 (2) 皮膚となめこの味噌汁 (3) レーブフルーツ (4) 大学芋 大栗粉、三温糖 (2) 大学芋 牛乳 (2) 大学芋 生種塩、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 (4) サーズときらうりのサラダ (2) クリーブフルーツ (2) 大学芋 大栗粉、三温糖 (3) 大ーブフルーツ (4) 大・ジャラマ・ブイテト (3) ボイルブロッコリー (4) みかん (4) カナルイ (4)						油揚げ	乾燥ごぼう、乾燥人参、乾燥椎茸	醤油、塩、アミノ酸、酸化防止剤(ビタミンE)、ソルビトール
3 ボークビーンズ 油、三温糖 豚もも肉、大豆水煮 丁ロッコリー、人参 「ボ塩 ブロッコリー・人参 「ボ塩 ブロッコリー・人参 「ボ塩 ブロッコリー・人参 「ボ塩 ブロッコリー・人参 「ボ塩 「バナ 平乳 中乳 ココア 日本 「大ナ 「大 「大		昼食			米、押麦			
(a)	火				. I —			
1								
千乳					川、二温 糖	ツア缶		[群、 温
2 ココア揚げばん デュラムファイン(パン)、油、三温糖 フコア 全食 ではか	-	午後おやつ				牛 到.	, , , ,	
27 水 昼食 ① にせん 米 1 大 ② じゃが芋のスープ しゃが芋のスープ しゃが芋のスープ 大 国籍のおん草、カレー粉、こしょう 国籍、加レー粉、こしょう 国籍、加レー粉、こしょう 国籍、加レー粉、こしょう 国籍、塩、カレー粉、こしょう 国本、セキングパウダー、塩 国籍、塩、たてもングパウダー、塩 国本・アキングパウダー、塩 国本・アキングパウダー、塩 国本・アキングパウダー、塩 国本・アキングパウダー、塩 国本・アキングパウダー、塩 国本・アキングパウダー、塩 国本・アキングパウダー、塩 大みそ、煮干し、昆布(だし用)、酒、みりん風、塩 米みそ、煮干し、見布(だし用)、みりん風、塩 米の・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア			2	ココア揚げぱん	デュラムファイン(パン)、油、三温糖	1 10		ココア
水 ② じゃが芋のスープ ③ カレイのカレームニエル ④ ほうれん草とコーンのソテー ⑤ オレンジ じゃが芋 日本とコーンのソテー ⑤ オレンジ 八ム カレイ 玉ねぎ、万能ねぎ ほうれん草、人参、えのき茸 オレンジ 屋布(だし用)、コンソメ、塩 塩、カレー粉、こしょう 28 大 昼食 ① 菜めし ② 肉素ん風 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 豚ひき肉 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 醤油、エーキングパウダー、塩 醤油、塩、こしょう 28 大 日本の ② レコンのつくね焼き ④ 切干大根ときゅうりのサラダ ⑤ グレーブフルーツ (中袋おや) 米 大線豆腐 多 (クレーブフルーツ (中袋おや) 木線豆腐 野で、古のし、人参、切干大根 タン・デンガンル人参、切干大根 タン・フェーマンポテト ② ボイルブロッコリー ② おで・マンポテト ③ ボイルブロッコリー ② みかん (中袋おや) 中乳 〇 シャーマンポテト ② ボイルブロッコリー ② みかん (中袋おや) 大学 〇 シャーマンポテト 〇 かぶの味噌汁 ② はここしょう 大学 フロッコリー みかん (中袋 カケ) 藤がもち肉 ベーコン マヨドレ チンゲン菜、もやし、生姜 蛋油、塩、こしょう プロッコリー みかん (中袋 カケ) 醤油、酒、塩 米 本乳 (国野豆腐、カットわかめ 豚びき肉 ・チンゲン菜、もやし 醤油、酒、塩 米 30 日食 ② かぶの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ② チンゲン菜のお浸し 大 (シャが等のきぼろ煮 ② チンゲン菜のお浸し 大 (シャが等のきぼろ煮 ② チンゲン菜のお浸し 大 (シャが等のきぼろ煮 ② チンゲン菜のお浸し 大 (シャンのお浸し 大 (シャンのお浸し 大 (シャンのお浸し 本のものにだし用)、塩 醤油、かつお節(だし用) 4年8 日本8 チンゲン菜、もやし 醤油、かつお節(だし用) 本のき、煮干し、見布(だし用) 4年8 アンゲン菜、もやし 醤油、かつお節(だし用) 本のき、煮干し、見布(だし用) 4年8 アンゲン菜、もやし 醤油、かつお節(だし用) 4年8 アンゲン菜、もやし 醤油、かつお節(だし用) 4年8 アンゲン菜、もやし 醤油、かつお節(だし用) 4年8 アンゲン菜、もやし 番油、かつお節	27							
3						NΔ	玉ねぎ、万能ねぎ	昆布(だし用)、コンソメ、塩
(S) オレンジ						カレイ		
年後おやつ					コーン缶、油			醤油、塩、こしょう
2 肉まん風 小麦粉、油、三温糖、ごま油、片栗粉 豚ひき肉 生椎茸、長ねぎ、たけのこ(水煮)、生姜 醤油、ベーキングパウダー、塩 小松菜 なめこ、長ねぎ なめこ、長ねぎ なめこ、長ねぎ いっとり がたりしかけらず 高野 造きゅうり、人参、サー大根 きゅうりのサラダ カレーブフルーツ 中乳 2 大学芋 さつま芋、三温糖、油、黒ごま 原もも肉 アープルーツ 中乳 2 サーマンパテト 2 ジャーマンパテト 3 ボイルブロッコリー 4 みかん 4 チ乳 2 対応 2 ジャーマンパテト 2 ジャーマンパテト 3 ボイルブロッコリー 4 みかん 4 チ乳 2 対応 2 ジャーマンパテト 3 ボイルブロッコリー 5 オーカー 4 カかん 4 キ乳 2 対応 5 グレーガラ 4 東京 5 グレーガラ 4 東京 5 グレーグラ 4 東京 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グルーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グルーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グルーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グレーグ 5 グルーグ 5 グ		A= 66 +115 -				井 到	オレンシ	
28 昼食 ① 菜めし 米 木綿豆腐 小松菜 なめこ、長ねぎ なめこ、長ねぎ なめこ、長ねぎ はっしつつくね焼き (切 町干大根ときゅうりのサラダ がレープフルーツ (手後おや) ① 牛乳 ② 大学芋 (フリン・グライン・フリーーツ (全) かぶの味噌汁 ② かがの味噌汁 ③ しゃが芋のそぼろ煮 (チングン菜のお浸し (サ乳) ② かがの味噌汁 ③ じゃが芋、三温糖、油 (大き) (サ乳) ② かいの味噌汁 (カルラ・アング・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア		十俊おやつ			小李粉 油 二油棒 一生油 上声叭		生株芸 巨わざ たけのこ(小老) 生羊	醤油 ベーキングパウダー 塩
木 ② 豆腐となめこの味噌汁 大線がつ ではん ではかけ ではん ではかけ ではん ではかけ ではん ではかけ ではかけ ではかけ ではん ではかけ ではが ではかけ ではがけ ではが ではがけ	28	尽令			<u>小冬柄、油、二温幅、こま油、万米材</u> 米	かして内		
3 レンコンのつくね焼き (4) 切干大根ときゅうりのサラダ (5) グレープフルーツ		三尺			215	木綿豆腐		
● 切干大根ときゅうりのサラダ 油、三温糖 きゅうり、人参、切干大根 がレープ フルーツ 下後 おやつ ① 牛乳 フラザー マンパテト でも アンゲン菜、もやし、生姜 醤油、豆よう ボイルブロッコリー みかん マ後 おやつ ① 牛乳 ② 納豆チャーハン 米、油 鶏ひき肉、挽きわり納豆 長ねぎ、人参 醤油、酒、塩 カルの 「こばん スカンの 下降 でんて こま 海 でん でんし はん はん でんし はん でんし はん はん でんし はん	["]				片栗粉、三温糖			
(5) グレープフルーツ			4	切干大根ときゅうりのサラダ		· · · · ·		
20 大学芋 さつま芋、三温糖、油、黒ごま 酢、醤油 29 金食 ① 五目中華ラーメン ② ジャーマンポテト ② ジャーマンポテト ③ ボイルブロッコリー ④ みかん 日後おやつ ① 牛乳 ② 納豆チャーハン ※、油 第0き肉、挽きわり納豆 長ねぎ、人参 醤油、酒、塩 本乳、塩、こしょう ガロッコリー 塩 塩 こしょう ガロッコリー 塩 塩 3 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2								
29 昼食 ① 五目中華ラーメン ② ジャーマンポテト ③ ボイルブロッコリー ② みかん (下後おや) ① 牛乳 ② 納豆チャーハン (ア・ス・三温糖、油 ② かぶの味噌汁 ③ じゃが芋、三温糖、油 ② かがうできらそぼろ煮 ② チンゲン菜のお浸し (ア・ス・ア・ス・ア・ス・ア・ス・ア・ス・ア・ス・ア・ス・ア・ス・ア・ス・ア・ス		午後おやつ)	牛乳		TL 1071
金 ② ジャーマンポテト ③ ポイルブロッコリー ④ みかん じゃが芋、油 マヨドレ ベーコン サ乳 サ乳 2 納豆チャーハン 玉ねぎ ブロッコリー みかん 塩、こしょう 塩 30 昼食 ① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ チンゲン菜のお浸し 米、油 じゃが芋、三温糖、油 ④ チンゲン菜のお浸し 大多 野ひき肉 野ひき肉 大のき肉 野びき肉 かぶ 田名ぎ、人参 野びき肉 米みそ、煮干し、昆布(だし用) 田名ぎ、人参 野びき肉 満油、かつお節(だし用)、塩 番油、かつお節(だし用) 千後おやつ ① 「千乳 中後おやつ 中乳	22	日本				-	7	
3 ボイルブロッコリー ④ みかん マヨドレ ブロッコリー みかん 塩 午後おヤフ ① 牛乳 ② 納豆チャーハン 米、油 井乳 鶏ひき肉、焼きわり納豆 長ねぎ、人参 醤油、酒、塩 30 昼食 ④ かぶの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ チンゲン菜のお浸し じゃが芋、三温糖、油 ④ チンゲン菜のお浸し じゃが芋、三温糖、油 チンゲン菜、もやし ボンカお節(だし用)、塩 醤油、かつお節(だし用) 中後おヤフ ① 牛乳 牛乳		昼筤						
(4) みかん みかん 日後おやつ ① 牛乳 (2) 納豆チャーハン 米、油 特乳 30 昼食 ① ごはん 米 土 ② かぶの味噌汁 高野豆腐、カットわかめ がぶ 米みそ、煮干し、昆布(だし用) 塩 少・ケンマスのお浸し ボンゲン菜のお浸し 素油、かつお節(だし用) 午後おやつ ① 牛乳 牛乳	址					ハーコン		
「(を) おやっ (1) 中乳 (2) 納豆チャーハン (2) 納豆チャーハン (2) 納豆チャーハン (2) 納豆チャーハン (2) 納豆チャーハン (2) 納豆チャーハン (2) かぶの味噌汁 (3) じゃが芋のそぼろ煮 (3) じゃが芋、三温糖、油 (4) チンゲン菜のお浸し (4) チンゲン菜のお浸し (4) チンゲン菜のお浸し (5) (5) (5) (6) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7					עיוב ז			' '''
② 納豆チャーハン 米、油 鶏ひき肉、挽きわり納豆 長ねぎ、人参 醤油、酒、塩		午後おやつ				牛乳	57.570	
30 昼食 ① ごはん 米 高野豆腐、カットわかめ かぶ 米みそ、煮干し、昆布(だし用) 選油、かつお節(だし用)、塩 チンゲン菜のお浸し 千後おやつ ① 牛乳 牛乳					米、油		長ねぎ、人参	醤油、酒、塩
土 ② かぶの味噌汁 高野豆腐、カットわかめ かぶ 米みそ、煮干し、昆布(だし用) 露油、かつお節(だし用)、塩 海・チンゲン菜のお浸し 午後おやつ ① 牛乳 牛乳		昼食						
④ チンゲン菜のお浸し チンゲン菜、もやし 醤油、かつお節(だし用) 午後おやつ ① 牛乳 牛乳			2	かぶの味噌汁		高野豆腐、カットわかめ		米みそ、煮干し、昆布(だし用)
午後おやフ ① 牛乳 牛乳					じゃが芋、三温糖、油	豚ひき肉		
「午後おやつ ① 千乳 「午乳 「中乳						11 = 1	チンゲン菜、もやし	醤油、かつお節(だし用)
		午後おやつ	1	午乳				
	ш		(ユーフィフイン	ミックス材、コーノ古、二温糖	桐へし豆腐 、豆乳 (無調整)	1	l .

※0,1,2歳児クラスは、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。 ※0,1歳児の果物は、咀嚼機能に配慮し、変更する場合があります。 ※10月6(水)・11(月)・20(水)・25(月)に防災備蓄品のアルファ米を使用いたします。

栄養価	0.1.2歳児			3.4. 5歳児		
木貫川	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	16.2g
今月の平均値	500kcal	21.4g	16.8g	569kcal	23.3g	17.9g

