

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ (乳児)	3時おやつ
			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		
1 木	・御飯、・鶏の照り焼き、・胡瓜とコーンのサラダ、・みそ汁(わかめ)、・チーズ	420(356) 18.3(13.2) 13.7(10.4) 2.9(1.8)	米、○雪の宿、ノンオイル減塩ごまドレッシング、◎プチクッキー	チーズ(3歳以上)、カニ風味かまぼこ、みそ、油揚げ、鶏肉、ピピピチーズ(1・2歳児)	きゅうり、にんじん、コーン、ねぎ、わかめ	だし汁、酒、みりん、しょうゆ	プチクッキー	・雪の宿、・お茶
2 金	・ロールパン、・メンチかつ、・キャベツとツナのサラダ、・コーンスープ	570(425) 17.9(12.7) 25.6(17.5) 2.9(2.0)	ロールパン、コーンスープ、油、砂糖、◎ビスコ、○豆腐つづき	牛乳、ツナ缶、脱脂粉乳、メンチカツ	キャベツ、にんじん	ソース、酢、しょうゆ	・ビスコ	・豆腐つづき、・お茶
5 月	・御飯、・ハンバーグ、・大根とカニカマのサラダ、・みそ汁(じゃが芋)	454(362) 14.5(11.7) 15.8(11.9) 1.9(1.8)	米、じゃがいも、○デザートムースいちご、マヨネーズ、○イチゴソース、油	○牛乳、みそ、カニ風味かまぼこ、ハンバーグ、◎ピピピチーズ	だいこん、きゅうり、コーン、ねぎ	だし汁、ケチャップ、ソース、塩、こしょう	・チーズ	・★デザートムース(いちご)
6 火	・焼きそば、・ほうれん草の和え物、・わかめスープ、・ヨーグルト	464(389) 16.8(13.7) 22.0(15.6) 3.8(2.9)	焼きそば、○ねじパン、油、砂糖	○牛乳、豚肉、ヨーグルト、◎ヤクルト、錦糸卵	ほうれん草、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、わかめ、あおのり	ソース、だし汁、うすくちしょうゆ、中華だしの素、酒、しょうゆ、塩	・ヤクルト	・ねじパン、・牛乳
7 水	コッペパン、・えびかつ(添え:ブロッコリー)、・大豆のサラダ、・コーンスープ	511(364) 18.4(12.4) 15.1(11.5) 3.0(2.2)	コッペパン、○米、コーンスープ、マヨネーズ、ノンオイル減塩和風ドレッシング、油、○ふりかけ 菜めし	牛乳、・水煮大豆、エビカツ、脱脂粉乳	ブロッコリー、きゅうり、にんじん	ソース	アンパンマン お野菜せんべい	・★おにぎり(ふりかけ)、・お茶
8 木	・ふりかけ御飯、・赤魚の煮つけ、・ひじき煮、・みそ汁(だいこん)、・オレンジ	513(468) 19.6(17.4) 15.6(14.0) 2.4(1.9)	米、○リングドーナツ、砂糖、ふりかけ、ごま油、◎ミニゼリー	○牛乳、あかうお、みそ、油揚げ	オレンジ、だいこん、たまねぎ、つきこんにゃく、にんじん、グリーンピース、ねぎ、ひじき	だし汁、しょうゆ、みりん、おろししょうが	・ミニゼリー	・リングドーナツ、・牛乳
9 金	・豚丼、・ほうれん草とじゃこのお浸し、・チーズ、・みそ汁(えのき)	459(354) 19.2(13.5) 15.3(10.8) 2.3(1.6)	米、○砂糖、油、◎ばりんこ	豚肉、チーズ(3歳以上)、みそ、しらす干し、ピピピチーズ(1・2歳児)	たまねぎ、ほうれん草、○三色寒天、○パイン缶、えのき、にんじん、ねぎ、ごま、にんにく	だし汁、しょうゆ、みりん、おろししょうが	ばりんこ	・★フルーツ寒天
10 土	パン お茶持参							
12 月	・みそ煮込みうどん、・さつまいもてんぷら、・ブロッコリーのおかかあえ	446(360) 15.0(10.9) 12.3(5.9) 2.6(1.8)	うどん、油、さつまいもの天ぷら、○かつぱえびせん、砂糖、◎ぶどうジュース、○1才からのかつぱえびせん	鶏肉、みそ、ちくわ、油揚げ、かつお節	ブロッコリー、にんじん、はくさい、ねぎ	だし汁、みりん、ソース、しょうゆ	ぶどうジュース	・えびせん、・お茶
13 火	・五目釜飯、・さんまみぞれ煮、・きゅうりの酢の物、・みそ汁(ほうれん草)、・フルーツ(桃缶)	544(490) 14.9(13.7) 22.4(19.2) 2.6(2.0)	○フライドポテト、米、○油、砂糖	みそ、さんまみぞれ煮、◎ヤクルト	もも缶、きゅうり、ほうれん草、ねぎ、ごま、わかめ、ごぼう、たけのこ、にんじん、こんにゃく、しいたけ	だし汁、酢、しょうゆ、○塩	・ヤクルト	・★フライドポテト、・お茶
14 水	・カレーライス、・コールスローサラダ、ヨーグルト	525(478) 12.7(12.8) 14.0(14.3) 1.6(1.6)	米、じゃがいも、みんなの給食まろやかカレー、マヨネーズ、油、砂糖、○ハーベスト	牛肉、◎チーズ、脱脂粉乳、ヨーグルト	たまねぎ、キャベツ、にんじん、にんじん、コーン	酢、塩	・チーズ	・ハーベスト、・お茶
15 木	・御飯、・鶏肉の漬け揚げ、・高野豆腐の煮物、・かき玉汁、紅白お祝いゼリー	540(482) 24.5(19.8) 16.6(13.4) 2.5(1.9)	米、○コーンフレーク、片栗粉、油、砂糖、お祝いゼリー	○牛乳、鶏肉、卵、高野豆腐	にんじん、れんこん、ねぎ、いんげん、◎幼児りんごジュース	だし汁、うすくちしょうゆ、しょうゆ、みりん、塩、おろししょうが	りんごジュース	・コーンフレーク、・牛乳
16 金	・御飯、・ホイコーロー、・はるさめサラダ、・オニオンスープ	485(424) 14.4(12.0) 16.4(13.9) 2.2(1.8)	米、○ホットケーキミックス、はるさめ、○油、砂糖、油、○バター、ごま油、○グラニュー糖、◎ビスコ	豚肉、○牛乳、みそ、錦糸卵	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、にんじん、ねぎ	酒、しょうゆ、酢、中華だしの素、おろししょうが、塩	・ビスコ	・★ボールドーナツ、・お茶
17 土	パン お茶持参							
19 月	・ミートスパゲティ、・ほうれん草とコーンのソテー、・パインゼリー	471(423) 17.8(16.3) 11.8(12.3) 1.8(1.8)	スパゲティ、油、砂糖、小麦粉、○サッポロポテト、オリーブ油、○1歳からのサッポロポテト、パインゼリー	豚ひき肉、牛ひき肉、◎チーズ	たまねぎ、ほうれん草、ホールトマト、しめじ、コーン、にんじん、グリーンピース、にんにく	ケチャップ、洋風だしの素、しょうゆ、塩、こしょう	・チーズ	・サッポロポテトつぶつぶベジタブル、・お茶
20 火	☆お誕生日メニュー☆、・御飯、・白身魚のフライ、・肉団子、・ひじきときゅうりのサラダ、・ミニゼリー、・野菜スープ	533(424) 17.9(11.6) 15.9(13.2) 2.1(1.6)	米、○プリン(卵不使用)、ノンオイル減塩フレンチクリーミー、六種の彩り野菜ふりかけ、油、ミニゼリー、◎ほしたべよ	○牛乳、○生クリームホイップ、ハム、白身魚フライ(乳・卵不使用)、肉団子	きゅうり、○もも缶、たまねぎ、コーン、にんじん、ひじき	ケチャップ、洋風だしの素、塩、こしょう	星たべよ	・★プリン
21 水	・ふりかけ御飯、・豆腐ハンバーグ(野菜あん)、・白菜と油揚げのお浸し、・みそ汁(さつまい)	401(315) 14.7(9.2) 7.5(4.4) 2.2(1.6)	米、さつまい、ふりかけ、片栗粉、◎ミニゼリー	豆腐ハンバーグ、みそ、油揚げ	○バナナ、はくさい、にんじん、こまつな、えのき、ねぎ、しいたけ	だし汁、しょうゆ、みりん、塩	・ミニゼリー	・バナナ
22 木	・御飯、・肉じゃが、・ちくわ磯辺揚げ、・みそ汁(しめじ)	544(440) 15.4(11.6) 11.3(8.4) 2.3(1.5)	じゃがいも、米、○蒸しパンミックス、油、砂糖、◎プチクッキー	○カルピス、ちくわ磯辺天ぷら、牛肉、みそ	しめじ、たまねぎ、しらたき、にんじん、ねぎ、グリーンピース	だし汁、しょうゆ、酒、みりん	プチクッキー	・★蒸しパン、・カルピス
23 金	・中華丼、・蒸しシュウマイ、・たまごスープ	537(438) 17.5(12.5) 16.5(14.3) 4.0(2.9)	米、ごま油、片栗粉、○ぼたぼた焼き、◎ホームパイ	豚肉、卵、赤板かまぼこ、しょうまい	はくさい、たまねぎ、たけのこ、にんじん、ねぎ、いんげん、しいたけ、にんにく	中華だしの素、しょうゆ、酒、塩、おろししょうが、こしょう	ホームパイ	・ぼたぼた焼き、・お茶
24 土	パン お茶持参							
26 月	・御飯、・豚肉のしょうが焼き、・和風サラダ、・みそ汁(ほうれん草)	435(404) 15.9(12.7) 17.7(14.4) 2.1(1.5)	米、ノンオイル減塩和風ドレッシング、○こつぶポテト、油	豚肉、ツナ缶、カニ風味かまぼこ、みそ、◎ヤクルト	キャベツ、ほうれん草、ねぎ	だし汁、しょうゆ、酒、おろししょうが	・ヤクルト	・こつぶポテト、・お茶
27 火	・ピラフ、・チキンナゲット、・野菜スープ、・チーズ	545(414) 18.5(13.3) 27.8(20.4) 5.0(3.6)	米、油、○ソフトクレープ、○イチゴソース、◎白い風船	○牛乳、チーズ(3歳以上)、ウインナーソーセージ、チキンナゲット、ピピピチーズ(1・2歳児)	たまねぎ、ミックスベジタブル、にんじん、パセリ粉	ケチャップ、塩、洋風だしの素	白い風船	・★クレープ(ソース)、・牛乳
28 水	遠足	42(75) 0.0(2.3) 0.1(2.7) 0.1(0.3)	○すだち&桃ゼリー	◎チーズ			・チーズ	・すだち&桃ゼリー
30 金	・御飯、・コロッケ、・肉きんぴらごぼう、・みそ汁(えのき)	494(471) 10.8(9.9) 16.4(15.3) 2.6(2.2)	米、油、砂糖、コロッケ、ごま油、○おとつとつ、◎ビスコ	豚ひき肉、みそ	ごぼう、にんじん、えのき、ねぎ、いんげん	だし汁、ソース、しょうゆ	・ビスコ	・おとつとつ、・お茶

※28日は遠足の為、給食はありません。

※仕入れ材料の都合により献立内容を変更することもありますので、ご了承下さい。
★手作り又は少し手を加えたおやつです。