

献立表

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/糖分 (1歳未満児)	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		
4月	カレーライス、ブロッコリーサラダ、 パン缶	588(437) 14.8(14.0) 11.2(10.9) 1.7(1.5)	◎さつまいもきんとん、米、 じゃがいも、カレーパウ、ご まドレッシング、油	牛肉、豚肉、脱脂粉乳、◎ チーズ	パン缶、たまねぎ、ブロッ コリー、にんじん、コーン	塩	チーズ	★さつまいもき んとん、お茶
5火	ロールパン、かぼちゃひき肉フライ、 白菜のサラダ、コンソメスープ、 牛乳	516(380) 15.9(11.2) 19.5(15.7) 2.4(1.8)	ロールパン、油、マヨネー ズ、◎白い風船	牛乳、脱脂粉乳、ハム、か ぼちゃひき肉フライ	◎バナナ、はくさい、たまね ぎ、こまつな、にんじん、ご ま	ソース、洋風だしの素、しょう ゆ、塩	白い風船	バナナ
6水	御飯、さわらの照り焼き、ほうれん 草のごま和え、さつまい	438(378) 16.7(15.1) 12.0(11.3) 1.9(1.6)	米、さつまいも、◎リング ドーナツ、片栗粉	みそ、さわら	ほうれんそう、だいこん、ご ぼう、にんじん、ごま、ねぎ	だし汁、しょうゆ、みりん、酒	アンパンマン お野菜せん べい	リングドーナ ツ、お茶
7木	焼きそば、揚げギョウザ、みかん、 チーズ	568(420) 14.9(10.0) 22.3(16.1) 2.0(1.1)	焼きそばめん、◎米、油、◎ ライスグッキー	餃子、豚肉、チーズ、ピピ チーズ	みかん、キャベツ、たまね ぎ、にんじん、◎だいこん、 ◎かぶ、◎だいこんの葉、 あおのり	ソース、◎塩	ライスクッ キー	★七草粥
8金	御飯、鶏じゃが、きゅうりとしらすの 酢の物、みそ汁	387(419) 14.8(13.0) 9.4(11.1) 2.2(1.6)	じゃがいも、米、砂糖、油、 ◎砂糖、◎ホームバイ	◎ヨーグルト、鶏肉、しらす 干し、みそ、油揚げ	きゅうり、◎もも缶、◎みかん 缶、たまねぎ、しめじ、にん じん、グリーンピース、わかめ	だし汁、酢、しょうゆ、酒、み りん	ホームバイ ヨーグルト	★フルーツ ヨーグルト
9土	パン、お茶							
12火	五目御飯、ちくわ磯辺揚げ、キャベ ツのごま和え、ばち汁(兵庫県郷土 料理)	498(367) 17.5(12.0) 16.7(10.2) 2.5(1.7)	米、◎ねじま、そうめん、 油、砂糖、◎ミニゼリー	◎牛乳、鶏肉、ちくわ磯辺 揚げ	キャベツ、にんじん、かぶ、 ごぼう、いんげん、ねぎ、し りたけ、ごま	だし汁、だし汁、しょうゆ、 酒、みりん、しょうゆ、塩	ミニゼリー	ねじま、牛 乳
13水	御飯、魚の野菜あんかけ、かぼ ちゃの甘煮、みそ汁	428(422) 15.7(15.1) 8.9(9.4) 1.7(1.6)	米、◎粟まんじゅう、油、砂 糖、小麦粉、片栗粉、◎お にぎりせんべい	みそ、油揚げ、たら	かぼちゃ、たまねぎ、もや し、にんじん、グリーンピース、 ねぎ	だし汁、しょうゆ、ケチャッ プ、酒	おにぎりせん べい	粟まんじゅう、 お茶
14木	ハヤシライス、ポテトサラダ、ヨーグ ルト	541(506) 13.3(11.8) 18.7(17.1) 2.0(1.6)	米、じゃがいも、◎半けん び、ハヤシライス、マヨネー ズ、油、◎ビスコ	牛肉、豚肉、ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、きゅう り、しめじ、グリーンピース	ケチャップ、塩	ビスコ	芋けんぴ、お 茶
15金	御飯、鶏すき風煮物、ブロッコリー のおかかあえ、みそ汁	458(468) 21.6(21.1) 9.8(10.0) 2.2(2.0)	米、◎ホットケーキミックス、 ◎油、砂糖、油、◎バター、 ◎グラニュー糖	鶏肉、赤坂かまぼこ、みそ、 ◎牛乳、豆腐、◎ジョアスト ロベリー、かつお節、◎ チーズ	はくさい、ブロッコリー、だい こん、たまねぎ、しらたき、に んじん、ねぎ	だし汁、しょうゆ、みりん	チーズ	★ホールド ーナツ、ジョア (ストロベリー)
16土	パン、お茶							
18月	コッペパン、煮込みハンバーグ、ツ ナとキャベツのサラダ、コンソメス ープ	505(447) 21.7(18.6) 12.9(12.7) 2.8(2.3)	コッペパン、◎米、ごまドレ ッシング、砂糖、◎プチク ッキー	◎さげフレーク、脱脂粉乳、 ツナ缶、ハンバーグ(乳・卵 不使用)	キャベツ、たまねぎ、しめじ、 きゅうり、トマトジュース、グ リンピース、◎ごま	ケチャップ、ソース、洋風だ しの素、塩、パセリ粉	プチクッキー	★おにぎり、お 茶
19火	ミートスパゲティ、大根サラダ、フル ーツ(桃缶)	516(430) 19.3(15.2) 16.2(12.3) 2.0(1.8)	スパゲティ、サウザンドレ ッシング、◎グラニュー糖、◎ 麺、◎マーガリン、砂糖、小 麦粉、油、オリーブ油、◎ば りんこ	◎牛乳、豚ひき肉、牛ひき 肉、ハム	たまねぎ、もも缶、だいこ ん、ホールトマト、こまつな、 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	ばりんこ	★お麩ラスク、 牛乳
20水	☆お誕生日メニュー☆、わかめ御 飯、照り焼きチキン、たこウィン ナー、かぼちゃのサラダ、ポイル ブロッコリー、ミニゼリー、コンソメス ープ	564(417) 15.9(12.5) 18.6(14.6) 2.4(2.0)	米、マヨネーズ、和風ドレ ッシング、ミニゼリー、◎ソフト クリーム、◎イチゴソース	炊き込みわかめ、照り焼き チキン、ウインナーソーセー ジ、◎チーズ	◎りんごジュース、かぼ ちゃ、ミックスベジタブル、た まねぎ、ブロッコリー、きゅう り、にんじん	洋風だしの素、塩	チーズ	いちごクレー プ、りんご ジュース
21木	御飯、さばの塩焼き、白菜のおか か和え、けんちん汁	448(494) 16.1(15.3) 19.6(20.0) 1.3(1.1)	◎フライドポテト、米、◎油、 砂糖、ごま油、◎パニラポー ンズ	鶏肉、油揚げ、さば、かつ お節	はくさい、だいこん、こまつ な、にんじん、ごぼう、ねぎ	だし汁、しょうゆ、塩、◎塩	パニラポー ンズ	★フライドポテ ト、お茶
22金	中華丼、蒸しシウマイ、ニラ卵 スープ、ヨーグルト	507(448) 18.3(14.4) 14.2(10.2) 3.1(2.3)	米、ごま油、片栗粉、◎ぼた ぼた焼き、◎ミニゼリー	豚肉、卵、しょうまい、ヨーグ ルト	はくさい、たまねぎ、にんじ ん、にら、たけのこ、しいた け、しょうが、にんにく	中華だしの素、しょうゆ、 塩、こしょう	ミニゼリー	ぼたぼた焼 き、お茶
23土	パン、お茶							
25月	御飯、牛肉と蓮根のタレ炒め、ほう れん草のお浸し、みそ汁	490(397) 21.9(18.0) 13.5(10.0) 2.5(2.0)	米、さといも、◎ココア、油、 ◎ハーベスト	豚肉、牛肉、◎脱脂粉乳、 錦糸たまご、みそ、油揚げ	ほうれんそう、たまねぎ、れ んこん、えのきたけ、にんじ ん、パプリカ、ねぎ	だし汁、焼き肉のたれ、しょ うゆ、酒、塩、みりん	アンパンマン お野菜せん べい	ハーベスト、ミ ルクココア
26火	御飯、ミートロケ、ひじき煮、み そ汁、フルーツカクテル	399(381) 8.5(9.3) 11.6(10.7) 2.5(2.2)	米、油、砂糖、ごま油、コ ロケ(乳・卵不使用)、◎ サッポロポテト、◎1歳から のサッポロポテト(1歳児の み)	みそ、油揚げ、◎チーズ	フルーツカクテル(黄桃・洋 ナシ・バナナ・ぶどう・さくらん ぼ)、だいこん、たまねぎ、 つきこんやく、しめじ、に んじん、ひじき、グリーンピース	だし汁、ソース、しょうゆ	チーズ	サッポロポテ つぶつぶベジ タブル、お茶
27水	煮込みうどん、さつまいもてんぷら、 みかん缶	626(498) 20.1(15.2) 11.9(8.4) 5.0(3.9)	うどん、◎ミニたいやき、油、 ◎白い風船、サツマイモ天 ぷら(卵不使用)	鶏肉、油揚げ、かまぼこ	みかん缶、はくさい、にんじ ん、ねぎ、わかめ	だし汁、ソース、みりん、しょ うゆ、しょうゆ、塩	白い風船	ミニたいやき、 お茶
28木	御飯、鮭フライ、キャベツとベー コンのサラダ、たまごスープ	433(411) 17.3(12.6) 15.8(13.4) 1.9(1.5)	米、◎プリン(卵不使用)、 油、砂糖、◎ほしたべ よ	◎牛乳、卵、豆腐、ベー コン、鮭フライ(乳・卵不使用)	キャベツ、こまつな、たまね ぎ、ねぎ	ソース、しょうゆ、酢、洋風だ しの素	星たべよ	★プリン
29金	黒糖ロールパン(3歳児以上)、 ロールパン(2歳児以下)、マカロ ニグラタン、ブロッコリーの和風サ ラダ、コンソメスープ	639(492) 18.6(15.7) 16.7(12.3) 7.4(6.0)	黒糖ロールパン、ホワイト ソース、◎さつまいも、マカ ロニ、バター、パン粉、ロー ールパン、和風ドレッシング	鶏肉、カニ風味かまぼこ、脱 脂粉乳、ナチュラルチー ズ、◎ミニフィッシュ	たまねぎ、ブロッコリー、に んじん、コーン、パセリ	洋風だしの素、塩	ミニフィッシュ	★ふかし芋、 お茶

※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。