

＜給食予定＞



日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			その他
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
1	火	・チキンカレー	鶏肉	玉ねぎ, 人参	米, じゃが芋, サラダ油	カレールウ トマトケチャップ 酢, 醤油 コンソメ, 塩
		・ブロッコリーサラダ ・みかん缶 ・コンソメスープ		ブロッコリー, 白菜 みかん缶 ちんげん菜, 玉ねぎ, コーン	上白糖, サラダ油	
	3	・お野菜パンケーキ	調整豆乳		ホットケーキミックス 野菜生活100, 上白糖 サラダ油	
2	水	・ごはん ・マーボー豆腐	島豆腐, 豚ひき肉, 味噌	玉ねぎ, 人参, 白菜 にんにく, しょうが, にら ほうれん草, きゅうり もやし	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉	醤油 醤油 丸鶏がらスープ, 醤油
		・ほうれん草のナムル ・パイナップル ・中華スープ		パイン 小松菜, 人参	ごま油	
	3	・コーンフレークおこし	調整豆乳	レーズン	コーンフレーク マシュマロ	
3	木	・ごはん ・鶏みそ炒め	鶏肉, 味噌	白菜, 玉ねぎ, 人参 しょうが, 長ねぎ もやし, 小松菜	米 サラダ油, 上白糖	料理酒, 醤油 醤油
		・小松菜のおひたし ・バナナ ・みそ汁	だし昆布, かつお節, 味噌	しめじ, 大根		
	3	・ふかしさつま芋 ・牛乳	牛乳		さつまいも	
4	金	・ごはん ・魚のコーンマヨ焼き	銀鮭	コーン	米	マヨネーズ風 酢, 醤油
		・黄桃缶 ・野菜のさっぱり炒め ・とん汁	だし昆布, かつお節, 味噌 豚肉	黄桃缶 玉ねぎ, 人参, ブロッコリー しょうが, 万能ねぎ 長ねぎ, 大根, 人参	サラダ油, 上白糖	
	3	・いちごジャムパン ・牛乳	牛乳		食パン, いちごジャム	
5	土	・豚丼	豚肉	しょうが, 玉ねぎ, 人参 万能ねぎ	米, サラダ油, 上白糖	醤油, みりん風 酢, 塩
		・白菜のごま酢和え ・みそ汁	だし昆布, かつお節, 味噌	白菜, きゅうり ほうれん草, 玉ねぎ	ごま, 上白糖	
	3	・アンパンマンせんべい ・麦茶			アンパンマンせんべい	麦茶
7	月	・ごはん ・豚肉の塩こうじ炒め	豚肉	キャベツ, 玉ねぎ, 人参 にんにく, しょうが	米 サラダ油, 生塩麹	醤油 マヨネーズ風, 塩
		・マカロニサラダ ・みそ汁	だし昆布, かつお節, 味噌 わかめ	ピーマン きゅうり, 人参, コーン 玉ねぎ, えのき	マカロニ	
	3	・おさつマフィン ・牛乳	調整豆乳 牛乳		ホットケーキミックス サラダ油, 上白糖, さつま芋	
8	火	・ごはん ・サバのみそ煮 ・ブロッコリー(ポン酢和え) ・黄桃缶 ・ころころやさいスープ	サバ, 味噌	しょうが ブロッコリー 黄桃缶 玉ねぎ, 人参, コーン	米 上白糖	みりん風, 醤油 ポン酢醤油 丸鶏がらスープ, 塩
		・フルーツヨーグルト ・クラッカー	プレーンヨーグルト	バナナ, みかん缶	ルヴァンクラッカー	
9	水	・ごはん ・鶏と大根炒め	鶏肉	大根, 人参, 万能ねぎ	米 サラダ油, 片栗粉	丸鶏がらスープ, 醤油 みりん風 醤油
		・ほうれん草のおかか和え ・みそ汁	かつお節 だし昆布, かつお節, 味噌	ほうれん草, 白菜 ちんげん菜, しめじ		
	3	・フライドポテト ・牛乳	牛乳		ストレートポテト サラダ油	塩
10	木	弁当日				
		・もみじまんじゅう ・牛乳	牛乳		もみじまんじゅう	
11	金	・ビビンバ丼	豚肉	玉ねぎ, ほうれん草, 人参	米, 押麦, サラダ油, 上白糖 上白糖, ごま油, ごま ごま油	醤油 酢, 塩 醤油 丸鶏がらスープ, 醤油
		・きゅうりともやしのナムル ・バナナ ・中華スープ		もやし, きゅうり バナナ コーン	はるさめ	
	3	・豆乳かぼちゃプリン カルシウムウエハース ・ピラフ	調整豆乳, イナアガー	かぼちゃ	上白糖 アンパンマンせんべい	
12	土	・白菜のゆかり和え ・千切りスープ	豚ミンチ 鶏	玉ねぎ, 人参, コーン ほうれん草 白菜, きゅうり, ゆかり 大根, 人参	米, サラダ油	丸鶏がらスープ, 塩 丸鶏がらスープ, 塩
		・ねじねじ ・麦茶			アンパンマンせんべい	
14	月	・豚丼	のり, 豚肉	玉ねぎ, 人参, 小松菜	米, サラダ油, 上白糖	醤油 みりん風 マヨネーズ風, 酢, 醤油 醤油, 塩
		・切干大根のサラダ ・みかん缶 ・すまし汁	だし昆布, かつお節	切干大根, ちんげん菜, 人参 みかん缶 ほうれん草, コーン	上白糖	
	3	・バナナケーキ ・牛乳	牛乳	人参, バナナ	ホットケーキミックス 上白糖, サラダ油	
15	火	・ごはん ・照り焼きチキン ・厚揚げの中華炒め	鶏肉 厚揚げ	玉ねぎ, 人参, しょうが 万能ねぎ	米 サラダ油, 上白糖, 片栗粉	醤油, みりん風 丸鶏がらスープ, 醤油
		・みそ汁 ・ふかしさつま芋 ・牛乳	だし昆布, かつお節, 味噌 牛乳	大根, 小松菜	さつまいも	

＜給食予定＞



日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う			
			赤：血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑：からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
16	水	・ごはん ・豚じゃが ・ほうれん草のごま和え ・みそ汁 ・ココアスコーン ・牛乳	豚ミンチ, かつお節 だし昆布 だし昆布, かつお節, 味噌 牛乳 牛乳	人参, 小松菜 ほうれん草, もやし, 人参 大根, しめじ ココア ココア	米 じゃが芋, 上白糖 ごま, 上白糖 ホットケーキミックス 小麦粉, バター, 上白糖	醤油 醤油 醤油 醤油
		沖縄そば かぼちゃの甘煮 ・バナナ ・ジュシーおにぎり ・麦茶 ・牛乳	豚小間, 紅蒲鉾 かつお節 かつお節, 芽ひじき だし昆布 かつお節	しょうが, 万能ねぎ かぼちゃ バナナ 人参, しいたけ, しょうが 万能ねぎ	沖縄そば麺, 上白糖 上白糖 米, 上白糖	かつおだし 料理酒, 醤油 醤油 醤油, 料理酒 麦茶
18	金	・ごはん ・鶏のカレー風味炒め ・キャベツサラダ ・みそ汁 ・ピザトースト ・牛乳	鶏肉 だし昆布, かつお節, 味噌 絹豆腐 チーズ 牛乳	玉ねぎ, 人参, 赤パプリカ ピーマン キャベツ, きゅうり, コーン ちんげん菜 玉ねぎ	米 サラダ油 上白糖, サラダ油 食パン	醤油, 塩, カレー粉 酢, 塩 ピザソース
		・とり丼 ・もやしと胡瓜のさっぱり和え ・チンゲン菜スープ ・ふんわりコーン ・麦茶	鶏肉 鶏肉	玉ねぎ, 人参, 万能ねぎ もやし, きゅうり コーン, 玉ねぎ, ちんげん菜	米, 上白糖, サラダ油 上白糖 アンパンマンせんべい	醤油, みりん風 酢, 醤油 丸鶏がらスープ, 醤油 麦茶
21	月	・ごはん ・ブロッコリーおかか和え ・すまし汁 ・豚みそ生姜焼き ・甘夏と豆乳のゼリー ・ビスケット	かつお節 だし昆布, かつお節 豚肉, 味噌 イナアガー, 調整豆乳	ブロッコリー, 人参 長ねぎ, 大根 玉ねぎ, 人参, しょうが アスパラ 甘夏みかん	米 サラダ油, ごま油 上白糖 マリー	醤油 醤油, 塩 みりん風, 醤油
		・ふりかけごはん ・鶏のから揚げ ・大根の煮物 ・パイナップル ・みそ汁 ・ココアケーキ ・牛乳	鶏肉 油揚げ, だし昆布, かつお節 だし昆布, かつお節, 味噌 牛乳 牛乳	しょうが, にんにく 大根, 人参 パイン 白菜, ちんげん菜 ココア	米 小麦粉, 片栗粉, サラダ油 上白糖 ホットケーキミックス 上白糖, サラダ油, 粉糖	ふりかけ 醤油, 料理酒 醤油, みりん風
23	水	・ツナの和風パスタ ・オレンジ ・コンソメスープ ・おかかおにぎり ・麦茶	ツナフレーク水煮 かつお節, だし昆布 かつお節 かつお節	玉ねぎ, しめじ, ほうれん草 オレンジ コーン, 小松菜, 人参	スパゲティ, サラダ油 サラダ油, 片栗粉 米 醤油 麦茶	醤油, みりん風 コンソメ, 塩
		・ごはん ・豚肉のスタミナ炒め ・春雨サラダ ・みそ汁 ・さつま芋だんご ・牛乳	豚肉 だし昆布, かつお節, 味噌 調整豆乳 牛乳	玉ねぎ, 人参, しょうが にんにく, 万能ねぎ ちんげん菜, もやし 人参, 大根	米 サラダ油, 上白糖 はるさめ, 上白糖, ごま油 ごま さつま芋, 上白糖	醤油, 料理酒 酢, 醤油
25	金	・ほうれん草チャーハン ・かぼちゃサラダ ・りんご ・わかめスープ ・バナナスコーン ・牛乳	豚ひき肉 わかめ 牛乳 牛乳	玉ねぎ, 人参, ほうれん草 かぼちゃ, きゅうり りんご もやし バナナ	米, サラダ油, ごま油 ごま油 ホットケーキミックス 小麦粉, バター, 上白糖	丸鶏がらスープ, 塩, 醤油 マヨネーズ風, 塩 丸鶏がらスープ, 塩
		・中華うま煮丼 ・ブロッコリーのごま酢和え ・みそ汁 たべっこどうぶつ(アレフリ) ・麦茶	鶏肉, 木綿豆腐 油揚げ だし昆布, かつお節, 味噌	白菜, 玉ねぎ, 人参 しょうが, にんにく 万能ねぎ ブロッコリー しめじ, 小松菜	米, サラダ油, 上白糖 片栗粉 上白糖, ごま アンパンマンせんべい	丸鶏がらスープ オイスターソース, 醤油 酢, 醤油 麦茶
28	月	・ごはん ・魚の照り焼き ・ブロッコリーの塩炒め ・みかん缶 ・みそ汁 ・お野菜パンケーキ ・牛乳	サバ だし昆布, かつお節, 味噌 調整豆乳 牛乳	もやし, 人参, しょうが ブロッコリー みかん缶 大根, ほうれん草	米 サラダ油, 片栗粉, ごま油 ホットケーキミックス 野菜生活100, 上白糖 サラダ油	醤油, みりん風 丸鶏がらスープ, 醤油, 塩
		・ロールパン ・パーベキューチキン ・ブロッコリー(ボン酢和え) ・豆乳クリームシチュー ・菜めしおにぎり ・麦茶	鶏肉 調整豆乳	玉ねぎ, ピーマン コーン, ブロッコリー 玉ねぎ, 人参, しめじ ほうれん草 菜めし	バターロール サラダ油, 上白糖 じゃが芋, サラダ油 米	トマトケチャップ 中濃ソース ボン酢醤油 シチュー 麦茶



献立種類	(店) 幼児食			
栄養素	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	食塩相当量
平均栄養価	467 kcal	18.5 g	13.1 g	4.1 g
基準値	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g