

日 曜	献立名	材料名(食食・軽食)				朝おやつ 軽食	栄 養 価
		熱や力になるもの	体を作るもの	体の調子を整えるもの	調味料		
13 27 (月)	御飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) 松風焼き 南瓜の煮物	スナッフえんどうの塩ゆで 米、小麦粉、きび砂糖、パン粉、砂糖、けしの実	牛乳、鶏ひき肉、卵、バター、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、食べる煮干し	かぼちゃ、バナナ、スナッフえんどう、キャベツ、ねぎ、しょうが、レモン	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 バナナケーキ 炒り子 牛乳	エネルギー 663 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 22.1 g カルシウム 192 mg
14 28 (火)	ひじきご飯 みそ汁(えのき・豆腐・葱) 鮭の照り焼き かぶの煮物	小松菜のお浸し さつまいも、米、油、ざらめ糖(中ざら)、きび砂糖、コーン油、砂糖、黒ごま	牛乳、さけ、押し木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	国産かんきつ類、かぶ、こまつな、えのきだけ、にんじん、ねぎ、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩、酢	牛乳 大学芋(乳児天ぷら) かんきつ類 牛乳	エネルギー 463 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 12.3 g カルシウム 227 mg
15 (水)	御飯 みそ汁(キャベツ・しめじ) 鶏のから揚げ じゃがいもとピースの煮物	ちんげん菜のソテー 米、じゃがいも、上新粉、白玉粉、油、上白糖、きび砂糖、片栗粉、小麦粉、もち米	牛乳、鶏もも肉(切り身 25g、米みそ(淡色辛みそ)、さらしあん(乾)、食べる煮干し、きな粉	チンゲンサイ、キャベツ、しめじ、グリーンピース、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 栞餅(幼児) きなこおはぎ(乳児) 炒り子 牛乳	エネルギー 618 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 13.0 g カルシウム 176 mg
29 (水)	御飯 みそ汁(キャベツ・しめじ) 鶏のから揚げ じゃがいもとピースの煮物	ちんげん菜のソテー サンドイッチパン、米、じゃがいも、油、片栗粉、小麦粉、きび砂糖	牛乳、鶏もも肉(切り身 25g、米みそ(淡色辛みそ)、食べる煮干し	チンゲンサイ、キャベツ、しめじ、いちごジャム、グリーンピース、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 ジャムサンド(いちごジャム) 炒り子 牛乳	エネルギー 655 kcal たんぱく質 27.1 g 脂 質 15.5 g カルシウム 188 mg
16 30 (木)	肉うどん さつま芋の甘煮 いんげんのおかか和え	ゆでうどん、さつまいも、米、もち米、砂糖、ごま油、きび砂糖	牛乳、豚肉(小間)、鶏もも肉(小間)、食べる煮干し、かつお節	いんげん、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ねぎ、干しいちげ、レモン	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩	牛乳 おにぎり(青のり・胡麻) かんきつ類 牛乳	エネルギー 479 kcal たんぱく質 15.3 g 脂 質 8.9 g カルシウム 171 mg
17 31 (金)	グリーンピース御飯 みそ汁(えのき・葱・麩) 豆腐の真砂揚げ 大根の煮物	ほうれん草のお浸し ゆでうどん、米、コーン油、片栗粉、焼ふ、きび砂糖	牛乳、押し木綿豆腐、豚肉(小間)、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、卵、食べる煮干し	だいこん、ほうれん草、たまねぎ、えのきだけ、グリーンピース、にんじん、ピーマン、ねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 焼うどん 炒り子 牛乳	エネルギー 546 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 17.6 g カルシウム 198 mg
18 (土)	御飯 みそ汁(わかめ・油揚げ) 鯖の味噌焼き 南瓜のそぼろ煮	いんげんのお浸し 米、上新粉、油、きび砂糖	牛乳、さわら、調製豆乳、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、食べる煮干し	かぼちゃ、いんげん、マーマレード、干しぶどう、生わかめ	かつおだし汁、しょうゆ、酒	牛乳 米粉のマフィン(オレンジ) 炒り子 牛乳	エネルギー 656 kcal たんぱく質 23.7 g 脂 質 20.1 g カルシウム 184 mg
20 (月)	御飯 野菜スープ(キャベツ玉葱・人参・ベーコン) ハンバーグ 人参の甘煮	アスパラガスの塩ゆで 米、小麦粉、コーン油、きび砂糖、油、砂糖、パン粉	牛乳、豚ひき肉、調製豆乳、卵、ベーコン、食べる煮干し	たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、キャベツ、いちごジャム	かつおだし汁、ケチャップ、食塩、しょうゆ、こしょう	牛乳 豆乳スコーン(いちご) 炒り子 牛乳	エネルギー 773 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 26.8 g カルシウム 186 mg
7 21 (火)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 鶏肉の照焼 大根の煮物	キャベツのおかか和え 米、じゃがいも、コーン油、きび砂糖、油、小麦粉、砂糖、片栗粉	牛乳、鶏もも肉(小間)、米みそ(淡色辛みそ)、淡色みそ、かつお節	メロン、だいこん、キャベツ、たまねぎ、生わかめ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、本みりん、みりん、食塩	牛乳 味噌ポテト メロン 牛乳	エネルギー 568 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 14.7 g カルシウム 147 mg
8 (水)	御飯 みそ汁(しめじ・油揚げ) カジキの煮つけ 南瓜の煮物	スナッフえんどうの塩ゆで 米、小麦粉、上白糖、きび砂糖、砂糖	牛乳、かじき、卵、バター、生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	りんご天然果汁、国産かんきつ類、かぼちゃ、メロン、すいか、スナッフえんどう、しめじ、ねぎ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、食塩、酒	牛乳 マドレーヌ かんきつ類 牛乳(1歳) りんごジュース(2歳~)	エネルギー 725 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 25.2 g カルシウム 178 mg
22 (水)	御飯 みそ汁(しめじ・油揚げ) カジキの煮つけ 南瓜の煮物	スナッフえんどうの塩ゆで 米、もち米、ごま油、きび砂糖、砂糖	牛乳、かじき、鶏もも肉(小間)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、食べる煮干し	かぼちゃ、スナッフえんどう、しめじ、にんじん、ねぎ、干しいちげ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 中華おこわ 炒り子 牛乳	エネルギー 616 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 12.7 g カルシウム 150 mg
9 23 (木)	カレーライス(乳児ハヤシライス) キャベツとツナのサラダ 牛乳 トマト(乳児) ゆで卵(幼児)	牛乳 米、小麦粉、じゃがいも、きび砂糖、油、コーン油	牛乳、豚肉(小間)、卵、ツナ水煮缶、バター、かつお節	メロン、たまねぎ、にんじん、キャベツ、りんご、セロリ、にんにく、しょうが、トマト	ケチャップ、ウスターソース、食塩、酢、しょうゆ、カレー粉	牛乳 蒸しパン メロン	エネルギー 802 kcal たんぱく質 23.7 g 脂 質 27.3 g カルシウム 190 mg
10 24 (金)	御飯 みそ汁(豆腐・しめじ) 鮭の塩焼き じゃが芋のそぼろ煮	ほうれん草のおかか和え 米、じゃがいも、コーン油、油、きび砂糖	牛乳、さけ、押し木綿豆腐、焼き豚、鶏ひき肉、卵、米みそ(淡色辛みそ)、食べる煮干し、かつお節	ほうれん草、しめじ、レタス、ねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 焼き豚レタスチャーハン 炒り子 牛乳	エネルギー 674 kcal たんぱく質 31.5 g 脂 質 14.9 g カルシウム 181 mg
11 25 (土)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・じゃがいも) つくね煮 卵なし かぶの煮物	小松菜のお浸し 米、じゃがいも、きび砂糖、油、片栗粉、パン粉、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、豚ひき肉、食べる煮干し	かぶ、こまつな、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 おにぎり(肉みそ) 炒り子 牛乳	エネルギー 663 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 14.0 g カルシウム 183 mg

食材の入荷の状況により、献立が変更になることがあります。
 1~2歳は食べやすさや消化などの配慮により別メニューになることがあります。
 食べたことのない食材に関しては、給食で出る前にご家庭で食べてみてください。