

献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1人未満児)	材 料 名			行事	
					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		
01 木	牛乳、ネーブル	ごはん、味噌つくね、ひじき煮、 花魁のすまし汁、グレープフル ーツ	牛乳、こいのぼり クッキー、いり こ	547.1(436.5) 21.7(17.8) 20.8(16.7) 1.7(1.3)	半つき米、薄力粉、 油、三温糖、片栗 粉、三温糖、焼ふ	牛乳、鶏ひき肉、本綿豆 腐、豆乳、油揚げ、 いわし(煮干し)、淡色みそ、 牛乳	たまねぎ、グレープフル ーツ、にんじん、コーン(冷 凍)、えのきたけ、グリーンビー ース(冷凍)、ひじき、干しい たけ、 ④オレンジ・ネーブル	かつお・昆布だし汁、しよ うゆ、本みりん、しょうゆ(うすく ち)、食塩、おろししょうが、 ④食塩	
02 金	牛乳、ハイハイ ン	りんごパン、鮭のコーンマヨ焼 き、人参サラダ、春キャベツの スープ、甘夏	牛乳、ビビンバ おにぎり、いりこ	551.4(432.7) 24.3(17.8) 19.4(15.6) 1.7(1.2)	半つき米、りんごブチ ン(乳卵×)、マヨネーズ、薄 力粉、三温糖、油、ごま 油、三温糖	牛乳、さわら、豚ひき 肉、ホークチップ、 いわし(煮干し)、牛乳	なつみかん、もやし、にん じん、きゅうり、キャベツ、 コーン(冷凍)、たまねぎ、ごま つな、 ④コーン(冷凍)、 ④にんじん、ごま	酢、 ④しょうゆ、食塩、パセリ 粉	
07 水	牛乳、バナナ	ごはん、鶏と新じゃがの甘酢あ ん、小松菜のおかか和え、油揚 げの味噌汁、ネーブル	牛乳、アップル ケーキ、いりこ	558.5(442.4) 22.5(16.5) 19.4(15.4) 1.5(1.1)	半つき米、薄力粉、 じゃがいも、片栗粉、 三温糖、油、三温糖、 油、三温糖	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、豆乳、油揚げ、淡色 みそ、 ④いわし(煮干し)、 卵、かつお節、牛乳	オレンジ・ネーブル、ごま つな、にんじん、もやし、 ④りんご、たまねぎ、 コーン(冷凍)、カットわか め、 ④バナナ	煮干だし汁、しょうゆ、酢、ケ チャップ、食塩	
08 木	牛乳、ネーブル	ごはん、麻婆豆腐、やみつ きキャベツ、春雨スープ、 バナナ	牛乳、紅茶蒸し パン、いりこ	552.3(432.9) 20.8(15.4) 17.4(14.0) 1.7(1.1)	半つき米、薄力粉、 三温糖、はるさめ、ごま油、 油、三温糖、片栗粉	牛乳、本綿豆腐、豚ひき 肉、豆乳、 ④いわし(煮干し)、淡色みそ、 牛乳	キャベツ、バナナ、きゅうり たまねぎ、にんじん、 えのきたけ、 ④干しぶどう、 コーン(冷凍)、カットわか め、 ④オレンジ・	しょうゆ、鶏ガラスープの 菜、おろししょうが、食塩	
09 金	牛乳、いちご ヨーグルト	黒糖パン、スパニッシュオムレ ツ、ごぼうサラダ、もやしのスー プ、甘夏	牛乳、ゆかりお にぎり、いりこ	532.0(443.8) 21.1(17.4) 21.0(18.4) 1.7(1.3)	半つき米、黒糖パン(乳 卵×)、じゃがいも、マヨ ネーズ、油	牛乳、卵、鶏ひき肉、ツナ 油漬缶、 ④いわし(煮干し)、 牛乳、 ④ヨーグルト(無糖)	なつみかん、きゅうり、にん じん、ごぼう、もやし、 キャベツ、たまねぎ、 ほうれんそう、 しめじ、ピーマン、ごま、 いちごジャム	ケチャップ、しょうゆ、食塩	
12 月	牛乳、ハイハイ ン	ごはん、かさいの唐揚げ、納豆 の中華和え、春野菜の味噌汁、 みしょうかん	牛乳、南瓜とバ ナナのスイーツ ホール、いりこ	558.9(432.6) 26.2(19.2) 17.2(13.8) 1.8(1.3)	半つき米、薄力粉、 じゃがいも、 ④三温糖、油、片栗 粉、ごま油、 ④油、三温糖	牛乳、かさい、挽きわり納 豆、鶏ひき肉、淡色みそ、 ④いわし(煮干し)、牛乳	なつみかん、ほうれんそう、 ④かぼちゃ、にんじん、 たまねぎ、 ④バナナ、スナッパえ んどう	煮干だし汁、しょうゆ、みり ん、おろししょうが、おろしに んにく、 ④食塩	
13 火	牛乳、にんじん スティック	ごはん、厚揚げとじゃが芋の煮 物、もやしのナムル、 鮭の味噌汁、バナナ	牛乳、オレンジ ゼリー、いりこ	520.8(426.7) 19.2(14.6) 17.1(14.0) 1.6(1.2)	半つき米、じゃがいも、 ④三温糖、三温糖、焼ふ、 ごま油、片栗粉	牛乳、生揚げ、鶏ひき 肉、生クリーム、淡色 みそ、 ④いわし(煮干し)、牛乳	④オレンジジュース、もや し、バナナ、たまねぎ、 みかん缶、ほうれんそう、 にんじん、 コーン(冷凍)、 グリーン ピース(冷凍)、ごま、 ④かん	煮干だし汁、かつお・昆布 だし汁、しょうゆ、酢、 ④か つお・昆布だし汁	
14 水	牛乳、バナナ	ごはん、鶏のねぎ焼き、 キャベツのツナ和え、 のっぺい汁、ネー ブル	牛乳、フライドホ テト、いりこ	500.3(402.6) 22.2(17.0) 18.5(15.0) 1.1(0.8)	半つき米、 ④じゃがいも、 さといも(冷凍)、 ④油、三温糖、油、 片栗粉、片栗 粉、 薄力粉	牛乳、鶏もも肉、ツナ油 漬缶、油揚げ、 ④いわし(煮干し)、牛乳	オレンジ・ネーブル、 キャベツ、 きゅうり、にんじん、 だい こん、ごぼう、 白ネギ、 葉ねぎ、 ④バナナ	かつお・昆布だし汁、しよ うゆ、酢、 ④か つお・昆布だし汁	
15 木	牛乳、クラッカー サンド	ごはん、豚肉の生姜炒め、 春野菜の味噌マヨ和え、 わかめスープ、バナナ	牛乳、キャロット ケーキ、いりこ	536.1(447.2) 22.5(16.9) 17.1(14.4) 1.5(1.2)	半つき米、薄力粉、 三温糖、はるさめ、 マヨネーズ、 ④油、油、三温糖	牛乳、豚肉(もも)、 豆乳、 ④いわし(煮干し)、 卵、淡色みそ、 牛乳	キャベツ、バナナ、 たまねぎ、 にんじん、 ④にんじん、 スナッパえんどう、 しいたけ、 コーン(冷凍)、 カットわか め、 ④いちごジャム	しょうゆ、みりん、 鶏ガラスープの菜、 おろししょうが	
16 金	牛乳、ネーブル	米粉パン、煮込みハンバーグ、 ポテトサラダ、 レタススープ、 グレープフルーツ	牛乳、焼きおに ぎり、いりこ	548.7(428.6) 20.9(15.2) 21.1(16.5) 1.8(1.3)	じゃがいも、米粉パン、 半つき米、 マヨネーズ、片栗 粉、油、 ④ごま油、三温糖	牛乳、豚ひき肉、本綿豆 腐、 ④いわし(煮干し)、 かつお節、 牛乳	グレープフルーツ、 たまねぎ、 きゅうり、 カットマト、 にんじん、 レタス、 しめじ、 コーン(冷凍)、 ④オレンジ・ネー ブル	ケチャップ、 ④しょうゆ、食 塩	
17 土	牛乳、ビスケット のジャムのせ	春色スパゲッティ、中華風 コンソメスープ、バナナ	牛乳、黒糖パン のジャムのせ	465.7(432.0) 18.9(16.2) 15.4(14.3) 1.4(1.2)	④黒糖パン(乳卵×)、 スパゲティ、油、片栗粉	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、卵、牛乳	バナナ、キャベツ、 にんじん、 しめじ、 たまねぎ、 コーン(冷凍)、 グリーンアスパ ラガス、 葉ねぎ、 ④いちごジャ ム	鶏ガラスープの菜、 しょうゆ、食塩、 おろしにんにく	
19 月	牛乳、ブルーベ リーヨーグルト	中華丼、春雨サラダ、 里芋の味噌汁、 みしょうかん	牛乳、豆腐おや き、いりこ	514.8(421.7) 23.6(18.7) 16.0(14.5) 2.2(1.6)	半つき米、 さといも(冷凍)、 はるさめ、 ④パン粉、三温糖、 片栗粉、 ④ごま油、ごま油	牛乳、 ④本綿豆腐、豚肉(もも)、 ちくわ、淡色みそ、 ④まねぎ、 ツナ油漬缶、 ④いわし(煮干し)、 牛乳、 ④ブルーベリー(無糖)	なつみかん、にんじん、 はくさい、 きゅうり、 しいたけ、 たまねぎ、 グリーンピース(冷 凍)、 葉ねぎ、 ごま、 ④葉ねぎ、 カットわかめ、 ④ブルー	煮干だし汁、しょうゆ、酢、 鶏ガラスープの菜、 ④しょう ゆ、おろしにんにく、 ④食塩	
20 火	牛乳、にんじん スティック	ごはん、鶏のレモン焼き、 即席漬け、豆腐の味噌汁、 バナナ	牛乳、おから ドーナツ、いりこ	600.3(469.8) 24.0(17.8) 22.5(17.8) 1.8(1.3)	半つき米、薄力粉、 三温糖、 ④油、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、本綿豆腐、 おから、 豆乳、 ④卵、淡色みそ、 ④いわし(煮干し)、牛乳	キャベツ、バナナ、 きゅうり、 にんじん、 たまねぎ、 えのきたけ、 レモン果汁、 葉ねぎ、 塩こんぶ、 ④にんじん	煮干だし汁、しょうゆ、みり ん、酒、 ④かつお・昆布だし 汁	
21 水	牛乳、バナナ	ごはん、 鶏レバーの味噌煮、 さつまいものサラダ、 大根のすまし汁、 グレープフルーツ	牛乳、よもぎだ んご、いりこ	554.4(451.3) 23.3(18.0) 13.9(11.8) 1.5(1.0)	半つき米、 さつまいも、 白米粉、 マヨネーズ、 ごま油、 三温糖	牛乳、 鶏レバー、 鶏もも肉、 たまねぎ、 だいたいん、 きゅうり、 板こんにやく、 ごぼう、 干しぶどう、 グリーンピース (冷凍)、 葉ねぎ、 ④よもぎ、	かつお・昆布だし汁、 本みり ん、 しょうゆ(うすくち)、 おろ ししょうが、 食塩、 おろしに んにく	絵本メニュー	
22 木	牛乳、ハイハイ ン	ごはん、豆腐の松風焼き、 もやしの海苔和え、 なめこの味噌汁、 ネーブル	牛乳、塩焼きそ ば、いりこ	523.5(398.3) 24.6(17.5) 18.0(14.3) 1.7(1.2)	半つき米、 焼きそばめ い、 ④ごま油、片栗粉、 三温糖、 油	牛乳、 本綿豆腐、 鶏ひき肉、 豚肉、 豚肉(もも)、 鶏ささ身、 淡色みそ、 ④いわし(煮干し)、 牛乳	もやし、 オレンジ・ネーブル、 たまねぎ、 にんじん、 きゅうり、 キャベツ、 なめこ、 ④にんじん、 ④ピーマン、 ごま、 カットわかめ、 焼き	煮干だし汁、しょうゆ、 鶏 ガラスープの菜、 ④食塩、 食塩	
23 金	牛乳、ネーブル	さつま芋ロール、 赤魚のオーロラソース焼き、 れんこんマリネ、 コンソメスープ、 甘夏	牛乳、オレンジ ケーキ、いりこ	511.3(411.9) 21.8(16.4) 22.5(17.7) 1.9(1.3)	さつまいもロール(乳卵 ×)、 薄力粉、油、 三温糖、砂糖、 油、薄力粉、 マヨネーズ	牛乳、 あかうお、 豆乳、 ツナ油漬缶、 生クリーム、 ④いわし(煮干し)、 卵、 牛乳	なつみかん、 れんこん、 きゅうり、 赤ピーマン、 ④オレンジ、 キャベツ、 コーン(冷 凍)、 にんじん、 たまねぎ、 ④オレンジ・ネーブル	酢、 ケチャップ、 食塩	誕生会
24 土	牛乳、クラッカー サンド(ブルー ベリージャム)	醤油ラーメン、 小松菜のしらす和え、 バナナ	牛乳、りんごパ ン	448.9(419.0) 19.9(17.1) 13.3(12.4) 1.9(1.6)	冷凍ラーメン、 ④りんごブチ ン(乳卵×)、 三温糖、 ごま油	牛乳、 豚肉(もも)、 しらす干し、 牛乳	バナナ、 キャベツ、 ごまつな、 にんじん、 もやし、 にら、 コーン(冷凍)、 ごま、 ④ブ ルーベリージャム	しょうゆ、酢、 鶏ガラスープ の菜、 食塩	
26 月	牛乳、ビスケット のチーズのせ	黒糖パン、 鶏肉のサクサク焼き、 カラフルサラダ、 南瓜の豆乳スープ、 グレープフルーツ	牛乳、わかめお にぎり、いりこ	511.7(418.9) 22.9(17.4) 16.4(14.7) 1.8(1.3)	半つき米、 黒糖パン(乳卵×)、 コーンフレーク、 マヨネーズ、 油、 三温糖、 三温糖	牛乳、 鶏もも肉、 豆乳、 ④いわし(煮干し)、 牛乳、 ④クリームチーズ	グレープフルーツ、 キャベツ、 かぼちゃ、 赤ピーマン、 黄ピーマン、 きゅうり、 たまねぎ、 エリンギ、 ④レモン果汁	酢、 食塩	
27 火	牛乳、バナナ	ごはん、炒り豆腐、 大根のゆかり和え、 さつまいもの味噌汁、 甘夏	牛乳、きな粉お はぎ、いりこ	577.5(453.0) 22.6(16.9) 14.2(12.0) 1.5(1.0)	半つき米、 半つき米、 もち米、 さつまいも(皮付)、 砂糖、 油、片栗粉、 三温糖	牛乳、 本綿豆腐、 鶏ひき肉、 鶏ささ身、 淡色みそ、 ④まねぎ、 しいたけ、 グ リーン ピース(冷凍)、 牛乳	だいこん、 なつみかん、 にんじん、 きゅうり、 ごまつな、 たまねぎ、 しいたけ、 グ リーン ピース(冷凍)、 ④バナナ	煮干だし汁、 かつお・昆布 だし汁、 しょうゆ、 本みり ん、 ④食塩	
28 水	牛乳、にんじん スティック	ごはん、 鮭の磯焼き、 スパゲティサラダ、 厚揚げの味噌汁、 バナナ	牛乳、ジャムサ ンド、いりこ	569.2(477.4) 27.6(21.5) 17.5(14.5) 1.8(1.4)	半つき米、 食パン、 スパゲティ、 マヨネーズ、 油、 三温糖	牛乳、 さけ、 生揚げ、 ツナ油漬缶、 淡色みそ、 ④いわし(煮干し)、 牛乳	バナナ、 にんじん、 きゅうり、 もやし、 ④いちごジャム、 あ わのり、 ④にんじん	煮干だし汁、 しょうゆ、 本みり ん、 食塩、 ④かつお・昆布 だし汁	
29 木	牛乳、ネーブル	ごはん、 肉じゃが、 ほうれん草の白和え、 なすのすまし汁、 みしょうかん	牛乳、黒ゴマ蒸 しパン、いりこ	538.9(419.7) 23.0(16.9) 16.2(13.2) 1.7(1.2)	半つき米、 じゃがいも、 薄力粉、 三温糖、 油、 三温糖、 砂糖	牛乳、 豚肉(もも)、 本綿豆腐、 豆乳、 ④いわし(煮干し)、 淡色みそ、 牛乳	なつみかん、 にんじん、 ほうれんそう、 たまねぎ、 もやし、 なす、 しらたき、 えのきたけ、 グリーンピース(冷 凍)、 ④すりごま、 葉ねぎ、 ごま、 ④オレ	かつお・昆布だし汁、 しょう ゆ、 酒、 しょうゆ(うすくち)、 食塩	
30 金	牛乳、クラッカー サンド	カレーライス、 りっちゃん元気 サラダ、 フルーツヨーグルト	牛乳、ひじきお にぎり、いりこ	646.5(509.4) 24.8(18.3) 17.0(14.2) 1.7(1.3)	半つき米、 半つき米、 じゃがいも、 薄力粉、 油、 三温糖、 三温糖	牛乳、 豆乳ヨーグルト、 豚肉(もも)、 鶏ひき肉、 ちくわ、 ④いわし(煮干し)、 牛乳	キャベツ、 にんじん、 きゅうり、 たまねぎ、 みかん缶、 きゅうり、 りんご、 トマト、 ④にんじん、 コーン(冷 凍)、 塩こんぶ、 ひじき、 ④ブルーベリージャム	しょうゆ、 中濃ソース、 ④しよ うゆ、 ④本みり ん、 酢、 みり ん、 カレー粉	

# 献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (%)は未測定	材 料 名 <small>(◎は10時おやつ ○は午後おやつ)</small>				行事
					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	
31 土	牛乳、ハイハイ ン	野菜肉みそ丼、ツナサラダ、パ ナナ	牛乳、かぼちゃ ロール	558.3(503.5) 20.7(18.1) 20.0(17.7) 1.2(1.1)	米つき米、○黒糖パン(乳 卵×)、三温糖、片栗粉、こ ま油	○牛乳、豚ひき肉、生揚 げ、ツナ油漬缶、淡色み そ、◎牛乳	もやし、バナナ、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、こまつな	酢、しょうゆ、食塩	

3歳以上児は朝おやつがありません。  
また、仕入れの都合により、一部献立を変更させていただく場合がございます。