

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水	牛乳、ハイハイ	カレーライス、コールスローサラダ、バナナ	牛乳、クッキー、いりこ	542.7(426.6) 18.0(13.5) 16.5(13.6) 1.6(1.1)	半つき米、じゃがいも、薄力粉、○無塩バター、○三温糖、マヨトレ(卵×)、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、○いわし(煮干し)、◎牛乳	バナナ、キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ	カレーの王子さま、ケチャップ、中濃ソース、酢、カレー粉、食塩	
02木	牛乳、バナナ	ごはん、豚肉の生姜炒め、大根の梅和え、麩の味噌汁、ネーブル	牛乳、コロコロチュロス、いりこ	537.4(440.4) 21.1(16.1) 19.0(15.5) 1.6(1.1)	半つき米、○ホットケーキ粉、○油、焼ふ、○グラニュー糖、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、淡色みそ、○いわし(煮干し)、かつお節、◎牛乳	オレンジ・ネーブル、にんじん、だいこん、たまねぎ、きゅうり、はくさい、ピーマン、葉ねぎ、梅肉ソース、しょうが、◎バナナ	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん	
03金	牛乳、人参ステック	りんごパン、鶏肉のチーズ焼き、りっちゃん元気サラダ、ポテトスープ、バナナ	牛乳、わかめおにぎり、いりこ	546.6(442.5) 24.6(18.9) 18.6(15.7) 2.1(1.5)	○半つき米、りんごブチパン(乳卵×)、じゃがいも、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、とろけるチーズ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、トマト、コーン(冷凍)、エリンギ、塩こんぶ、○カットわかめ、◎にんじん	ケチャップ、酢、コンソメ、中濃ソース、食塩、◎かつお・昆布だし汁	
04土	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ミートスパゲッティ、もやしのスープ、バナナ	牛乳、せんべい	403.9(370.1) 16.0(14.2) 13.6(12.4) 1.6(1.3)	スパゲティ、三温糖	○牛乳、豚ひき肉、◎牛乳	バナナ、にんじん、たまねぎ、もやし、トマトピューレ、しいたけ、しめじ、◎いちごジャム	ケチャップ、中濃ソース、コンソメ、食塩	
06月	牛乳、クラッカーサンド	ごはん、麻婆大根、キャベツのおかか和え、かみなり汁、みしょうかん	牛乳、きなごサブレ、いりこ	534.9(436.1) 21.4(16.0) 19.7(16.1) 1.7(1.3)	半つき米、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、ごま油、三温糖、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎きな粉、かつお節、◎牛乳	だいこん、にんじん、キャベツ、なつみかん、ほうれんそう、しめじ、白ネギ、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、酒、食塩、鶏ガラスープの素、おろしにんにく、おろししょうが、◎食塩	
07火	牛乳、バナナ	ごはん、アジのごま焼き、納豆和え、大根の味噌汁、ネーブル	牛乳、大学芋、いりこ	569.3(467.3) 27.1(20.6) 18.5(15.3) 1.6(1.1)	○さつまいも、半つき米、○三温糖、○油、三温糖	○牛乳、あじ、焼きお納豆、淡色みそ、○いわし(煮干し)、油揚げ、かつお節、◎牛乳	オレンジ・ネーブル、キャベツ、だいこん、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、ごま、◎バナナ	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、酒、○ししょうゆ	
08水	牛乳、人参ステック	豚丼、切り干し大根の酢の物、うどん汁、清見オレンジ	牛乳、豆腐ホットケーキ、いりこ	544.4(443.3) 21.6(18.0) 15.5(14.4) 1.9(1.4)	半つき米、○ホットケーキ粉、干しうどん、○三温糖、三温糖、○油、油	○牛乳、豚肉(もも)、○木綿豆腐、○いわし(煮干し)、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、オレンジ、きゅうり、にんじん、しいたけ、葉ねぎ、切り干しだいこん、ごま、カットわかめ、◎にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、酢、食塩、◎かつお・昆布だし汁	
09木	牛乳、ネーブル	ごはん、レバーのかりん揚げ、昆布和え、キャベツの味噌汁、バナナ	牛乳、オレンジゼリー、いりこ	508.8(408.8) 22.3(16.2) 16.2(13.4) 1.5(1.0)	半つき米、○三温糖、油、片栗粉、三温糖	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉(皮付き)、ツナ油漬缶、淡色みそ、○いわし(煮干し)、油揚げ、◎牛乳	○オレンジジュース、もやし、たまねぎ、バナナ、にんじん、きゅうり、キャベツ、ピーマン、◎みかん缶、しめじ、塩こんぶ、◎かんてん	煮干だし汁、ケチャップ、濃厚ソース、しょうゆ、おろししょうが	
10金	牛乳、ハイハイ	かぼちゃロール、春キャベツハンバーグ、ポテトサラダ、コンソメスープ、甘夏	牛乳、鮭おにぎり、いりこ	584.1(458.8) 25.6(18.9) 22.3(17.8) 1.8(1.3)	じゃがいも、○半つき米、かぼちゃロール(乳卵×)、パン粉、マヨトレ(卵×)、三温糖、油	○牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、牛乳、○いわし(煮干し)、◎牛乳	なつみかん、キャベツ、ほうれんそう、たまねぎ、きゅうり、にんじん、エリンギ、コーン(冷凍)、◎ごま	ケチャップ、コンソメ、中濃ソース、食塩	
11土	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ハヤシライス、コーンサラダ、バナナ	牛乳、せんべい	467.3(412.3) 16.0(13.4) 14.3(13.3) 1.7(1.3)	半つき米、片栗粉、三温糖、油	○牛乳、豚肉(もも)、◎牛乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン(冷凍)、カットマト、しめじ、グリーンピース(冷凍)、◎いちごジャム	ケチャップ、中濃ソース、酢、コンソメ、食塩	
13月	牛乳、ハイハイ	ジャージャー麵、大根のナムサラダ、わかめスープ、みしょうかん	牛乳、お餅スタック、いりこ	422.6(336.7) 22.4(16.2) 17.0(13.6) 2.0(1.4)	冷凍ラーメン、○焼ふ、マヨトレ(卵×)、○グラニュー糖、○無塩バター、三温糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎牛乳	だいこん、なつみかん、たまねぎ、にんじん、きゅうり、白ネギ、カットわかめ	鶏ガラスープの素、しょうゆ、おろしにんにく	
14火	牛乳、バナナ	ごはん、コロッケ、なめたけ和え、油揚げの味噌汁、ネーブル	牛乳、塩焼きそば、いりこ	533.4(436.0) 19.4(14.4) 18.4(15.1) 1.9(1.3)	半つき米、○焼きそばめ、ぼろろ(卵×)、パン粉、てんぷら粉、油、◎ごま油	○牛乳、豚ひき肉、○豚肉(もも)、淡色みそ、○いわし(煮干し)、油揚げ、◎牛乳	オレンジ・ネーブル、キャベツ、たまねぎ、ごま、だいこん、にんじん、◎キャベツ、◎にんじん、なめたけ、◎ピーマン、カットわかめ	煮干だし汁、中濃ソース、◎鶏ガラスープの素、しょうゆ、食塩、◎食塩	献立メニュー
15水	牛乳、ネーブル	ごはん、さばの味噌マヨ焼き、きゅうりの酢の物、田舎汁、バナナ	牛乳、ハッシュドポテト、いりこ	555.1(445.7) 24.3(18.6) 24.1(19.5) 1.6(1.1)	半つき米、○じゃがいも、さといも(冷凍)、○油、◎片栗粉、マヨネーズ、油、三温糖	○牛乳、さば、ちくわ、○いわし(煮干し)、淡色みそ、◎牛乳	きゅうり、バナナ、もやし、にんじん、だいこん、葉ねぎ、◎オレンジ・ネーブル	かつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、食塩、◎食塩	
16木	牛乳、人参ステック	ごはん、炒り豆腐、海苔和え、かぼちゃの味噌汁、清見オレンジ	牛乳、生どら焼き、いりこ	578.8(451.2) 22.3(16.8) 16.0(13.4) 1.6(1.2)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、油、片栗粉、三温糖	○牛乳、木綿豆腐、○つぶしめん(砂糖添加)、鶏ひき肉、◎卵、◎生クリーム、淡色みそ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	キャベツ、にんじん、かぼちゃ、オレンジ、ほうれんそう、たまねぎ、しいたけ、えのきたけ、葉ねぎ、焼きのり、◎にんじん	煮干だし汁、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、◎みりん、◎かつお・昆布だし汁	
17金	牛乳、ビスケットのジャムのせ	さつまいもロール、チンジャオロース、スパゲティサラダ、もやしのスープ、甘夏	牛乳、薬飯おにぎり、いりこ	533.7(476.7) 22.1(17.7) 16.2(14.8) 1.8(1.4)	○半つき米、さつまいもロール(乳卵×)、じゃがいも、スパゲティ、マヨトレ(卵×)、片栗粉、ごま油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、○いわし(煮干し)、◎かつお節、◎牛乳	なつみかん、にんじん、たけのこ(水煮缶)、きゅうり、コーン(冷凍)、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、◎ごま、しめじ、◎バナナ	○しょうゆ、コンソメ、鶏ガラスープの素、しょうゆ、食塩、◎食塩	
18土	牛乳、クラッカーサンド	鶏照り丼、玉ねぎの味噌汁、バナナ	牛乳、せんべい	533.8(443.9) 19.5(15.9) 17.0(14.4) 1.7(1.4)	米、油、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、淡色みそ、◎牛乳	バナナ、もやし、たまねぎ、にんじん、しめじ、カットわかめ、◎いちごジャム	煮干だし汁、みりん、しょうゆ、酒、おろししょうが	
20月	牛乳、クラッカーサンド	ごはん、つくねあん、もやしのゆかり和え、若竹汁、バナナ	牛乳、うどんチヂミ、いりこ	509.0(421.2) 23.0(17.1) 15.9(13.5) 1.8(1.4)	半つき米、○ゆでうどん、片栗粉、○薄力粉、油、三温糖、◎ごま油	○牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、○豚ひき肉、○いわし(煮干し)、◎牛乳	もやし、たまねぎ、バナナ、たけのこ(水煮缶)、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、◎にんじん、◎にら、◎たまねぎ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、◎しょうゆ、◎酢、食塩、◎鶏ガラスープの素	
21火	牛乳、バナナ	ごはん、豚と春キャベツのソース炒め、かぼちゃサラダ、春雨スープ、みしょうかん	牛乳、アメリカンドック、いりこ	528.0(425.2) 21.7(15.8) 17.1(13.9) 2.2(1.5)	半つき米、○ホットケーキ粉、マヨトレ(卵×)、はるさめ、○油、三温糖、油	○牛乳、豚肉(もも)、◎魚肉ソーセージ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	かぼちゃ、なつみかん、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、レタス、にら、エリンギ、コーン(冷凍)、◎バナナ	ウスターソース、しょうゆ、鶏ガラスープの素、おろしにんにく、食塩	
22水	牛乳、ネーブル	ごはん、照り焼きチキン、人参サラダ、なめこの味噌汁、バナナ	牛乳、いちごハイ、いりこ	514.9(405.8) 22.9(16.9) 18.0(14.4) 1.5(1.0)	半つき米、○無塩バター、三温糖、油、○グラニュー糖	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、ツナ油漬缶、淡色みそ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	にんじん、バナナ、きゅうり、たまねぎ、◎いちごジャム、なめこ、◎オレンジ・ネーブル	煮干だし汁、酢、しょうゆ、食塩	
23木	牛乳、人参ステック	ハヤシライス、チーズサラダ、甘夏	牛乳、フルーツポンチ、いりこ	473.6(372.1) 18.9(13.9) 12.9(10.8) 1.8(1.3)	半つき米、○三温糖、片栗粉、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、チーズ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、なつみかん、◎りんごジュース、にんじん、◎みかん缶、カットマト、◎バナナ、◎パン缶、きゅうり、しめじ、コーン	ケチャップ、中濃ソース、酢、コンソメ、食塩、◎かつお・昆布だし汁	
24金	牛乳、ハイハイ	黒糖パン、鮭のタルタルパン焼き、もやしのレモン和え、アスパラのスープ	牛乳、梅昆布おにぎり、いりこ	524.3(415.5) 26.5(20.2) 16.6(13.7) 1.9(1.4)	○半つき米、黒糖パン(乳卵×)、パン粉、マヨトレ(卵×)、薄力粉、油、三温糖	○牛乳、さけ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	もやし、たまねぎ、赤ピーマン、きゅうり、にんじん、グリーンアスパラガス、レモン果汁、◎梅肉ソース、◎塩こんぶ、◎ごま	しょうゆ、コンソメ、食塩	
25土	牛乳、ビスケットのジャムのせ	おかめうどん、おかか和え、バナナ	牛乳、せんべい	361.5(351.0) 18.9(15.9) 13.4(12.9) 1.6(1.4)	ゆでうどん、三温糖	○牛乳、鶏もも肉、油揚げ、かつお節、◎牛乳	キャベツ、バナナ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、カットわかめ、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	

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				行事
					◎は10時おやつ ○は午後おやつ	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	
27月	牛乳、クラッカー サンド	アンパンマンライス、オニオン スープ、鶏のから揚げ、スナック エンドウのサラダ、ぶどうゼリー	牛乳、バナナ ケーキ、いりこ	635.2(631.2) 26.1(21.8) 20.7(18.2) 2.0(1.6)	半つき米、○薄力粉、○三 温糖、片栗粉、三温糖、 油、○マヨドレ(卵×)、無塩 バター	○牛乳、鶏もも肉、豚ひき 肉、○豆乳、○生クリーム、 ○いわし(煮干し)、かつお 節、◎牛乳	ぶどうジュース、にんじん、 スナックえんどう、たまね ぎ、○バナナ、キャベツ、 コーン(冷凍)、エリンギ、干 しぶどう、かんでんクック、焼	しょうゆ、ケチャップ、コンソ メ、食塩	誕生会
28火	牛乳、バナナ	ごはん、肉じゃが、春雨の酢の 物、豆腐の味噌汁、ネーブル	牛乳、のりじゃこ トースト、いりこ	511.9(427.1) 22.5(16.8) 15.6(13.0) 1.9(1.4)	半つき米、じゃがいも、○食 粉、淡色みそ、○いわし(煮 干し)、○しら干し、◎牛 乳	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆 パン(乳卵×)、はるさめ、○ マヨドレ(卵×)、油、三温 糖、砂糖	オレンジ・ネーブル、にんじ ん、きゅうり、たまねぎ、しめ じ、しらたき、○コーン(冷 凍)、葉ねぎ、グリーンピース (冷凍)、ごま、◎あおのり	煮干だし汁、しょうゆ、酢、 酒	
30木	牛乳、人参ス ティック	ごはん、かきいりのチリソースか け、ひじきサラダ、もやしの味噌 汁、みしょうかん	牛乳、みそ蒸し パン、いりこ	531.4(415.3) 25.0(19.1) 15.6(12.8) 1.8(1.3)	半つき米、○薄力粉、○三 温糖、○油、薄力粉、マヨド レ(卵×)、油、三温糖	○牛乳、かきいり、○豆乳、 淡色みそ、○いわし(煮干 し)、油揚げ、○あみそ、◎ 牛乳	キャベツ、なつみかん、きゅ うり、コーン(冷凍)、赤ビー マン、白ネギ、しめじ、ひじ き、◎にんじん	煮干だし汁、ケチャップ、 しょうゆ、酢、おろししょう が、食塩、◎かつお・昆布 だし汁	