

日付	曜	献立	おやつ (午前)	おやつ (午後)	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
1	水	みそラーメン・ポテトサラダ・みかん	牛乳(午前)・ナビスコ(クッキー)	ボンデ月見・りんごジュース	531	15.8	16.1	163	0.9
2	木	さつま芋ごはん・鮭チーズフライ・線キャベツ・肉団子スープ	牛乳(午前)・チーズ	牛乳・サラダせんべい	499	21.6	15.1	490	1.8
4	土	煮込みうどん・チーズ・バナナ(2分の1)	ヨーグルト(午前)	麦茶・ミニクリーンパン	324	15.2	9.2	278	1.0
6	月	ごはん・さつまいものクリームグラタン・ほうれん草のしらす和え・豆腐とねぎのすまし汁	ヨーグルト(午前)	牛乳・原宿ドック(チーズ)	577	23.1	18.7	507	1.0
7	火	ごはん・さばの味噌煮・切り干し大根・かに豆腐汁	ヤクルト(午前)・ごませんべい	みかんゼリー・麦茶	483	22.0	14.9	233	1.2
8	水	ごはん・ふりかけ・鶏肉のさっぱり煮・レタス・みそローネ・バナナ(2分の1)	牛乳(午前)・マシュマロ	いもけんぴ・麦茶	539	15.6	16.9	162	1.0
9	木	中華丼・レタスときゅうりの和え物・ニラ卵汁	牛乳(午前)・たべっこ動物	フルーツヨーグルト・麦茶	545	21.3	17.1	277	1.8
10	金	ハヤシライス・チーズサラダ・バナナ(2分の1)	牛乳(午前)・卵ボーロ	牛乳・ほうとう麵カリカリ揚げ	452	15.4	14.4	318	1.4
11	土	煮込みうどん・バナナ(2分の1)・チーズ	ヨーグルト(午前)	卵ボーロ・甘食	437	16.9	12.6	329	1.2
13	月	ごはん・うずら卵入り田舎煮・三色和えもの・なめこのみそ汁	ヨーグルト(午前)	牛乳・バナナ(2分の1)・ミニフィッシュ	507	20.1	15.1	334	1.2
14	火	シーフードピラフ・サラダスパゲッティ・ベーコンスープ・りんご	ヤクルト(午前)・卵ボーロ	ヨーグルト・ウェハース	488	17.8	14.5	252	1.8
15	水	お赤飯・煮込みおでん・白玉雑煮・みかん	牛乳(午前)・ハッピーターン	ヤクルト・シュガークロワッサン	541	21.7	16.8	238	1.6
16	木	わかめご飯・さけのちゃんちゃん焼・肉団子スープ・バナナ(2分の1)	牛乳(午前)・ビスケット	プリンアラモード・麦茶	527	19.2	14.3	227	1.9
17	金	ごはん・レバーのケチャップ煮・きゅうりみかんもみ・中華スープ(豆腐・卵・ねぎ)	牛乳(午前)・カルシウムせんべい	牛乳・きな粉棒	491	18.2	12.6	344	1.8
18	土	焼きそば・チーズ・バナナ(2分の1)・中華スープ(卵・わかめ)	ヨーグルト(午前)	ミルクパン・麦茶	299	13.5	5.6	297	1.0
20	月	ごはん・カレーライス・チーズサラダ・バナナ(2分の1)	ヨーグルト(午前)	ヨーグルト・サラダせんべい	469	16.5	14.8	353	1.5
21	火	ほうとう・ミートボールの甘辛煮・レタス・バナナ(2分の1)	ヤクルト(午前)・ビスケット	麦茶、おたんじょうひのおやつ	353	12.5	13.0	129	0.6
22	水	ごはん・さわらの香味焼・なめたけときゅうりの和え物・さつまいもお汁	牛乳(午前)・ウェハース	ころころ揚げ・麦茶	443	21.8	12.4	226	0.9
24	金	バターロールパン・鶏の唐揚げ・線キャベツ・クリームシチュー・りんご	牛乳(午前)・ミニフィッシュ	しらすおにぎり、麦茶	586	21.2	25.3	174	1.1
25	土	煮込みうどん・チーズ・バナナ(2分の1)	ヨーグルト(午前)	麦茶・スティックパン	324	15.2	9.2	278	1.0
27	月	ごはん・カボチャのそぼろ煮・さいの目サラダ・大根と油揚げの味噌汁	ヨーグルト(午前)	牛乳・ホームパイ	510	19.9	16.6	379	1.4
28	火	ごはん・ウインナーベーコン・もやしとみずなのツナ和え・サツマイモスープ	ヤクルト(午前)・チーズ	チーズスコーン・麦茶	488	18.4	15.8	285	1.6
29	水	ごはん・豚肉の酢豚風・ワカメの酢の物・中華風コーンスープ	牛乳(午前)・卵ボーロ	ベーコンポテトパイ・麦茶	449	14.0	11.9	186	1.6
30	木	ごはん・鮭の野菜あんかけ・浅づけ・はんぺんとほうれん草のすまし汁	牛乳(午前)・マシュマロ	牛乳・かぶきあげ	450	21.0	11.8	291	1.8

\* 材料等で献立が変更することがあります。

\* 21日(火)のおやつはお誕生日おやつを予定しています。

\* 園では毎日麦茶を出しています。

\* ー が引いてある日は手作りおやつを出しています。

\* 土曜日はメニューが変更することがあります。

