



日付	曜	献立	おやつ (午前)	おやつ (午後)	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
1	木	わかめご飯・ビーフンごまだれかけ・厚揚げの含め煮・バナナ (2分の1)	牛乳 (午前) ・ビスケット	たこ焼き・麦茶	564	20.6	14.8	250	1.6
2	金	ひなまつりケーキ寿司・鶏肉のさっぱり煮・レタス・花麩のすまし汁・いちご	牛乳 (午前) ・ミニフィッシュ	ひなあられ・カルピス	611	18.4	18.0	282	2.2
3	土	焼きそば・チーズ・バナナ (2分の1) ・中華スープ (卵・わかめ)	卵ボーロ・麦茶	牛乳・甘食	428	15.9	9.7	375	1.2
5	月	ごはん・煮込みおでん・ほうれん草のしらす和え・なめこのみそ汁	ヨーグルト (午前)	牛乳・サラダせんべい	472	22.7	14.8	339	1.6
6	火	春雨のスープ・鮭ちりご飯・ミートローフ・サラダスパゲッティ	アンパンマンムースカップ・ごませんべい	ヨーグルトドリンク・ビスケット	659	23.7	21.2	276	2.7
7	水	ごはん・さばの味噌煮・白菜のしお昆布和え・かに豆腐汁	ヤクルト (午前) ・バナナ (2分の1)	フライドポテト・麦茶	408	20.4	11.3	162	0.9
8	木	ワカメとねぎのすまし汁・パエリア風 (まぜご飯) ・春雨とレタスのサラダ・オレンジ	牛乳 (午前) ・ミニゼリー	コーンフレークボール・牛乳	528	14.4	18.8	294	2.0
9	金	ごはん・レバーのケチャップ煮・きゅうりみかんもみ・中華風クリームスープ	牛乳 (午前) ・卵ボーロ	手作りプリン・麦茶	527	18.2	13.5	316	2.8
10	土	カレーうどん・チーズ・バナナ (2分の1)	ヨーグルト (午前)	麦茶・カステラパン	328	14.4	9.2	280	0.9
12	月	ごはん・うずら卵入り田舎煮・ほうれん草のしらす和え・そうめんのすまし汁	ヨーグルト (午前)	牛乳・ミニフィッシュ・バナナ (2分の1)	491	18.5	12.5	289	1.6
13	火	麩の味噌汁・ひじきご飯・さわらのサラダ焼き・海藻サラダ	牛乳 (午前) ・いちご	きなこマカロニ・麦茶	388	17.0	8.3	190	1.8
14	水	ごはん・ツナとポテトのチーズ焼き・ワカメの酢の物・なるとのお汁	ヤクルト (午前) ・うすやきせんべい	牛乳・お誕生日おやつ	565	19.7	14.3	387	2.2
15	木	ベーコンスープ・スパゲティミートソース・シーザーサラダ・バナナ (2分の1)	牛乳 (午前) ・ウェハース	人参ドーナツ・麦茶	464	14.6	14.5	163	2.2
16	金	バターロールパン・チキンナゲット・レタス・クリームシチュー・オレンジ	牛乳 (午前) ・ミニゼリー	フルーツヨーグルト・麦茶	509	16.6	18.8	313	1.8
17	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・メロンパン	324	15.2	9.2	278	1.0
19	月	そばろと卵の3色丼・ミネストローネスープ・りんご	ヨーグルト (午前)	チーズスコーン・牛乳	568	19.9	22.9	296	1.0
20	火	ごはん・ハヤシライス・チーズサラダ・バナナ (2分の1)	ヤクルト (午前) ・卵ボーロ	ヨーグルト・ウェハース	624	17.6	14.9	304	1.5
22	木	みそラーメン・ポテトサラダ・バナナ (2分の1)	牛乳 (午前) ・クッキー	しらすおにぎり・麦茶	588	18.5	16.6	166	1.4
23	金	ごはん・ふりかけ・ミートボールの甘辛煮・マカロニサラダ・春雨のスープ・ストロベリーゼリー	牛乳 (午前) ・チーズ	ケーキ・飲むヨーグルト	738	23.3	21.0	511	2.8
24	土	焼きそば・チーズ・中華スープ (卵・わかめ) ・バナナ (2分の1)	ヨーグルト (午前)	麦茶・ミニミルクパン	299	13.5	5.6	297	1.0
26	月	ごはん・肉じゃが・三色ごま和え・すまし汁 (豆腐・小松菜)	ヨーグルト (午前)	牛乳・パームクーヘン	485	16.8	16.3	317	0.9
27	火	ごはん・ぶりのごま照焼き・なめたけときゅうりの和え物・切干大根のみそ汁	ヤクルト (午前) ・ハッピーターン	きな粉棒・麦茶	370	15.9	6.0	184	0.9
28	水	野菜あんかけやきそば・チーズ・中華風コーンスープ・バナナ (2分の1)	牛乳 (午前) ・ミニフィッシュ	いちごサンドパン・麦茶	445	19.2	11.8	338	1.7
29	木	親子丼・小松菜の五目和え・麩の味噌汁・りんご	牛乳 (午前) ・卵ボーロ	牛乳・スティックパン	463	16.7	15.6	286	0.9
30	金	ごはん・カレーライス・卵の醤油煮・バナナ (2分の1)	牛乳 (午前) ・ビスケット	牛乳・コーンフレーク	537	19.2	15.7	299	1.3

* 材料等で献立が変更することがあります。

* 今月の手作りおやつはあおぐみさんからのリクエストです。

* 14日 (水) 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。

* 23日はあおぐみさんのリクエスト給食になっています。

