

# 平成26年11月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日曜	献立名			あか			黄			みどり			栄養価
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	力や体温のもとになる	力や体温のもとになる	力や体温のもとになる	力や体温のもとになる	力や体温のもとになる	力や体温のもとになる	
1 土	カルピス 芭蕉揚げ	チョコサンド 中華ソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	プロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) パンシニアオレンジ(砂じょう、生) バナナ(生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 428kcal たんぱく: 12g 脂質: 12g 加砂糖: 179mg 食塩相当量: 1.3g
2 日													
3 月	文化の日												
4 火	麦茶 みかん	きのこカレー 小女子 りんご ご飯 牛乳	ヨーグルト 小魚アーモンド	普通牛乳 まがれい(生) ハム(ロース) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 焼きたまご(卵黄) アーモンド(フライ、味付け)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	プロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(缶詰) ネルスタイル(花序、生) きゅうり(果実、生) こまつな(葉、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 436kcal たんぱく: 21.8g 脂質: 13g 加砂糖: 322mg 食塩相当量: 1.1g
5 水	プリン	焼肉 ビーフソテー かぼちゃの甘煮 バナナ ご飯 まいたけ汁	牛乳 ピザトースト	鶏肉、全卵(生) 苦蕒、むね(皮つき、生) 普通牛乳 ナチュラルチーズ(パルメザン) ベーコン(ベーコン)	カスタードプリン(ソーダ) パン粉(生) 薄力粉(1等) サラダ油 水稲穀粒(精白米) ロールパン	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(缶詰) クリームスタイル	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 566kcal たんぱく: 23.2g 脂質: 21.8g 加砂糖: 246mg 食塩相当量: 2g
6 木	牛乳 リッツ	肉じゃが 厚焼き卵 ほうれんそうの煮浸し グレープフルーツ ご飯 大根汁	ジョア ぱりんこ	普通牛乳 ふた大型種、かた(脂身つき、生) かつお節 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	クラッカー(ソーダ) じゃがいも(塊茎、生) 小麦粉(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) グリンピース(冷凍) ほうれんそう(葉、生) グレープフルーツ(砂じょう、生) だいこん(根、皮つき、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 499kcal たんぱく: 16.4g 脂質: 10.9g 加砂糖: 214mg 食塩相当量: 1.2g
7 金	ほうじ茶 きなこ せんべい	ソースカツ丼 三色和え きゅうり漬け みかん 白菜汁	牛乳 ケーキ	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) 食パン(市販品) サラダ油 ショートケーキ	キャベツ(結球葉、生) こまつな(葉、生) ふなめじ(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) うんしゅうみかん(じょうのう(果実、生))	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 484kcal たんぱく: 16.1g 脂質: 18.5g 加砂糖: 172mg 食塩相当量: 1g
8 土	カルピス ビスコ	ピーナツサンド ラザニア 牛乳 りんご	ももゼリー 雪の里せんべい	ふた、ひき肉、生 プロセステーズ 普通牛乳	パルメザン(チーズ) ゼリー(オレンジ) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) トマト缶詰(ホール) りんご(生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 534kcal たんぱく: 16.1g 脂質: 17.6g 加砂糖: 182mg 食塩相当量: 1.2g
9 日													
10 月	牛乳 動物ビスケット	コーンシチュー 竹輪と厚揚げ煮 りんご ご飯	ヨーグルト おしゃぶりするめ	普通牛乳 鶏肉、むね(皮つき、生) 脱脂粉乳 焼き竹輪 生揚げ ヨーグルト(全脂無糖) いか加工品(すめ)	ビスケット(ソフト) じゃがいも(塊茎、生) 車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米)	スイートコーン缶詰(ホール) ネルスタイル(花序、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) プロッコリー(花序、生) グリンピース(冷凍) りんご(生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 437kcal たんぱく: 18g 脂質: 13.7g 加砂糖: 297mg 食塩相当量: 0.6g
11 火	麦茶 みかん	焼き魚(鮭) マカロニサラダ 金時豆 グレープフルーツ ご飯 わかめスープ	牛乳 焼き芋	ふた、ひき肉、生 凍り豆腐 鶏卵、全卵(生) まぐろ(油漬、フレーク) ライト) 焼き豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	さつまいも(塊根、生) マヨネーズ(全卵型) ドレッシングタイプ和風調味料 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ごま(白)	うんしゅうみかん(じょうのう(果実、生)) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホール) ネルスタイル(花序、生) ひじき(戻し、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 438kcal たんぱく: 18.1g 脂質: 9.4g 加砂糖: 194mg 食塩相当量: 0.9g
12 水	ヤクルト がんばれ野菜 家族	松風焼き 温野菜 りんご ご飯 なめこ汁	牛乳 ソフトフランス (ジャム&マザリン)	ふた、ひき肉、生 凍り豆腐 鶏卵、全卵(生) まぐろ(油漬、フレーク) ライト) 焼き豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) わかめ(葉、生) プロッコリー(花序、生) キャベツ(結球葉、生) りんご(生) なめこ(水素缶詰)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 585kcal たんぱく: 23.8g 脂質: 18.3g 加砂糖: 230mg 食塩相当量: 1.2g
13 木	ももゼリー	切り干し大根 かぼちゃキッシュ プロッコリー バナナ ご飯 玉ねぎ汁	ヤクルト えびせんべい	さつまいも 油揚げ かつお節 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ)	ゼリー(オレンジ) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	切り干しだいこん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) プロッコリー(花序、生) バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 400kcal たんぱく: 11.1g 脂質: 6.3g 加砂糖: 106mg 食塩相当量: 1.1g
14 金	ほうじ茶 アンパンマン せんべい	クリームスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 プロッコリー みかん	ビスコ 野菜生活	普通牛乳 クリーム(乳脂肪-植物性脂肪) ふた、肝臓(生)	米菓(塩せんべい) マカロニスパゲティ(乾) じゃがいも(塊茎、生) サラダ油 マヨネーズ(全卵型) ビスケット(ソフト) うんしゅうみかん(果実、生)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ふなめじ(生) エリンギ(生) プロッコリー(花序、生) うんしゅうみかん(じょうのう(果実、生))	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 528kcal たんぱく: 17.5g 脂質: 21.1g 加砂糖: 169mg 食塩相当量: 0.9g
15 土	オレンジジュース ぼんち焼き	あんこ餅 きなこ餅 納豆餅 つゆ餅 きゅうり漬け みかん	りんごゼリー コーンポタージュ せんべい	あずき(全粒、乾) きなこ(全粒大豆) 糸引き納豆 油揚げ かつお節	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	きゅうり(果実、生) だいこん(根、皮つき、生) うんしゅうみかん(じょうのう(果実、生))	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 623kcal たんぱく: 19g 脂質: 7.9g 加砂糖: 96mg 食塩相当量: 1.2g
16 日													
17 月	牛乳 Caせんべい	ココロスープ ささ身揚げ 大根煮 みかん ご飯	スキムミルク おつまみ昆布	ふた大型種、かた(脂身つき、生) いかか(生) 普通牛乳 脱脂粉乳	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	にら(葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 福神漬(りんご) 刻み昆布	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 443kcal たんぱく: 13.2g 脂質: 9.4g 加砂糖: 310mg 食塩相当量: 1.6g
18 火	牛乳 卵ボーロ	さばの味噌煮 ポテトサラダ プロッコリー オレンジ ご飯 三ツ汁	スポロン ぼたぼた焼き	普通牛乳 まさば(生) 米みそ(甘みそ) ハム(ロース) 鶏卵、全卵(生) かつお節	ボーロ(衛生ボーロ) 車輪(三温糖) じゃがいも(塊茎、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) なつみかん(缶詰) きゅうり(果実、生) プロッコリー(花序、生) パンシニアオレンジ(砂じょう、生) にんじん(根、皮つき、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 504kcal たんぱく: 17.2g 脂質: 15g 加砂糖: 187mg 食塩相当量: 1.3g
19 水	豆乳 歌舞伎揚げ	チキンカツ 千切キャベツ バナナ ご飯 コーンスープ	牛乳 甘バターサンド	ふた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	豆乳(豆乳飲料、麦芽コーヒ) 米菓(塩せんべい) ごま(乾) ビーンズ オリーブ油 さつまいも(塊根、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ク	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) バナナ(生) まいたけ(生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 644kcal たんぱく: 23.3g 脂質: 21g 加砂糖: 197mg 食塩相当量: 1.5g
20 木	ミルクプリン	ひじきの煮物 花型卵 大学芋 みかん ご飯 凍り豆腐汁	牛乳 じゃがいものチーズ 焼き	ふた大型種、ロース(脂身つき、生) だいじょう(水素缶詰) 鶏卵、全卵(生) 凍り豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ベーコン(ベーコン) プロセステーズ	ゼリー(ミルク) 車輪(三温糖) さつまいも(塊根、生) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、生)	ひじき(戻し、生) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) うんしゅうみかん(じょうのう(果実、生)) チョコ(生) グレープフルーツ(生) スイートコーン缶詰(ホール) ネルスタイル(花序、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 477kcal たんぱく: 20.6g 脂質: 15.6g 加砂糖: 359mg 食塩相当量: 1.3g
21 金	麦茶 みかん	シーフード焼きそば ウインナー 牛乳 グレープフルーツ	気になるジュース マリービスケット	ベーコン(ベーコン) グラタン(えび、冷凍) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	蒸し中華めん ビスケット(ソフト)	うんしゅうみかん(じょうのう(果実、生)) にんじん(根、皮つき、生) にら(葉、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) グレープフルーツ(生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 413kcal たんぱく: 11.1g 脂質: 17.5g 加砂糖: 159mg 食塩相当量: 1g
22 土	ぶどうジュース パームロール	ソフトフランスピーナツパン きのこソテー 牛乳 りんご	プリン 青のりせんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ぶどう(70%果汁入り飲料) パター ケーキ コッパン らっかせい(ピーナツバター) 無塩バター カスタードプリン 米菓(塩せんべい)	ほうれんそう(葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ふなめじ(生) エリンギ(生) えのきたけ(生) りんご(生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 550kcal たんぱく: 16g 脂質: 19.2g 加砂糖: 208mg 食塩相当量: 1.4g
23 日	勤労感謝 の日												
24 月	振替 休日												
25 火	牛乳 白い風船	赤うおの塩焼き シルバーサラダ みかん ご飯 ほうれんそう汁	スキムミルク クッキー	普通牛乳 しらう(生) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ) 脱脂粉乳	ウエハース ドレッシングタイプ和風調味料 緑豆はるめ(乾) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	レタス(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) うんしゅうみかん(じょうのう(果実、生)) ほうれんそう(葉、生) えのきたけ(生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 470kcal たんぱく: 17.7g 脂質: 13.5g 加砂糖: 312mg 食塩相当量: 1.3g
26 水	ほうじ茶 りんご	ふわふわ鶏から揚げ ゴマ和え オレンジ ご飯 大根汁	牛乳 セサミパン	鶏肉、ひき肉 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	サラダ油 ごま(白) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、生) クリームパン	りんご(生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) パンシニアオレンジ(砂じょう、生) だいこん(根、皮つき、生)	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	乳糖菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい) 食パン(市販品) ミルクチョコ レート 緑豆はるめ(乾) オリーブ油	エネルギー: 466kcal たんぱく: 18.2g 脂質: 16.3g 加砂糖: 179mg 食塩相当量: 1g
27 木	ももゼリー	五目納豆 さつまいもの甘煮 きゅうり漬け りんご ご飯 白菜汁	牛乳 クラッカー	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセステーズ 油揚げ かつお節									