



面川報德保育園



行事

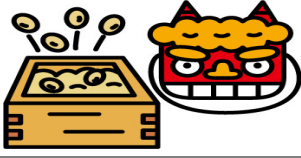
日 曜			あか	黄	みどり	栄養価		行 事	
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える				
1 火	鶏肉の唐揚げ 三色和え 豆腐汁 スウィーティー	オレンジジュース せんべい	若鶏. もも(皮つき、生) 削り節 絹ごし 豆腐 みみそ(甘みそ)	オリーブ油 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) りんご(皮むき、生) 根深ねぎ(葉、軟 白、生) にんにく(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にん じん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素 干し)	エネルギー：351kcal タンパク：14. 3g 脂質：9. 1g	食塩相当量：2g		
2 水	鮭のマヨネーズ焼き ビーフンソテー すまし汁 みかん	牛乳100 スラッピージョー(手作り)	べにざけ(生) 鶏肉. ひき肉(生) 絹ごし 豆腐 普通牛乳 ふた. ひき肉(生)	マヨネーズ(全卵型) ビーフン 有塩バ ター ロールパン パン粉(乾燥)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ (結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみ かん・じょうのう(早生、生) トマト加工品(ピューレー)	エネルギー：539kcal タンパク：28g 脂質：22. 1g	食塩相当量：3. 2g		
3 木	筑前煮 キッシュ 青菜汁 オレンジ	野菜生活100 恵方巻(手作り)	若鶏. むね(皮つき、生) 油揚げ 凍り豆 腐(乾) 鶏卵. 全卵(生) 米みそ(淡色辛 みそ) しろさけ(焼き)	オリーブ油 板こんにやく(精粉こんにやく) 薄力粉(1等) 有塩バター さつまいも (塊根、皮むき、生) 焼きふ(車ふ) 水稻 穀粒(精白米)	ごぼう 乾しいたけ(乾) れんこん にんじん さやいんげん たね(若ざや、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルス タイル) ほうれんそう(葉、通年平均、生) バレンシアオレン ジ(砂じょう、生) あまのり(焼きのり) きゅうり(果実、生)	エネルギー：479kcal タンパク：18. 9g 脂質：16. 3g	食塩相当量：1. 7g	豆まき	
4 金	鬼カレーライス 春雨サラダ 牛乳100 いちご	アイス	ぶた大型種. かた(脂身つき、生) うずら 卵(水煮缶詰) 鶏卵. 全卵(生) 若鶏. さ さ身(生) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ 油 米菓(塩せんべい) 緑豆はるさめ (乾) ごま(いり) ショートケーキ アイス クリーム(普通脂肪)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいん げん(若ざや、生) ブロッコリー(花序、生) あまのり(焼きの り) ミニトマト(果実、生) きくらげ(乾) きゅうり(果実、生) いちご(生)	エネルギー：547kcal タンパク：18. 4g 脂質：24. 6g	食塩相当量：1. 8g	誕生会 	
5 土	ソフトフランス甘バター コーンチャウダー 牛乳100 みかん	ゼリー(ぶどう) せんべい	ホイップクリーム(乳脂肪) 成鶏. もも(皮 つき、生) 普通牛乳	コッペパン オリーブ油 有塩バター 薄 力粉(1等) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン缶詰(クリームスタイル) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネ ルスタイル) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：613kcal タンパク：17g 脂質：19. 5g	食塩相当量：2. 4g		
6 日									
7 月	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 みかん	白いお星さまヨーグルト せんべい	ぶた大型種. かたロース(脂身つき、生) 焼 き竹輪 生揚げ 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ (生) ブロッコリー(花序、生) うんしゅうみかん・じょうのう (早生、生)	エネルギー：481kcal タンパク：16. 6g 脂質：17. 3g	食塩相当量：2. 3g		
8 火	野菜の肉巻き コールスローサラダ えのき汁 いちご	牛乳100 チーズ蒸しパン(手作り)	ぶた大型種. かた(脂身つき、生) 米み そ(淡色辛みそ) 普通牛乳 鶏卵. 全卵 (生)	薄力粉(1等) じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) ブ レシックス粉(ホットケーキ用)	にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若ざや、生) キャ ベツ(結球葉、生) きゅうり(果実、生) えのきたけ(生) たま ねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー：414kcal タンパク：17. 7g 脂質：20. 9g	食塩相当量：2. 7g		
9 水	カレイの煮物 スパゲティサラダ ニラ玉汁 りんご	牛乳100 ピザパン(手作り)	まがれい(生) 若鶏. ささ身(生) 絹ごし 豆腐 鶏卵. 全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー) ミー トソース	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ (全卵型) ロールパン オリーブ油	しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つ き、生) にら(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮む ぎ、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー：568kcal タンパク：29. 7g 脂質：24. 1g	食塩相当量：2. 1g		
10 木	五目昆布煮 厚焼き卵 大根汁 スウィーティー	牛乳100 ビスコ	ぶた大型種. ロース(脂身つき、生) 油揚 げ さつま揚げ 鶏卵. 全卵(生) 米みそ (甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油	みつしこんぶ(素干し) ごぼう(根、生) にんじん(根、皮つ き、生) だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：444kcal タンパク：17. 6g 脂質：24. 1g	食塩相当量：1. 8g		
11 金									建国記念の日
12 土	菓子袋							午前保育	
13 日									
14 月	菜の花ツシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 みかん	みかんヨーグルト せんべい	成鶏. むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き 竹輪 生揚げ	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) マカロニ・スパゲッティ(乾) 米菓(塩 せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) こまつな (葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) うん しゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：422kcal タンパク：16. 5g 脂質：11. 7g	食塩相当量：1. 2g		



令和4年2月献立表

3歳以上児

面川報徳保育園



日 曜			あか	黄	みどり	栄養価		行 事
	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			
15 火	焼肉 ナムル とろりんスープ スウィーティー	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生)	ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) わかめ(原藻、生) えのきたけ(生)	エネルギー：403kcal タンパク：15.7g 脂質：14.7g	食塩相当量：2.6g	
16 水	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳100 フルーツヨーグルト	リンゴジュース 芋けんぴ(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いか(生) 普通牛乳、ヨーグルト(全脂無糖)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) ざらめ糖(グラニュー糖) さつまいも(塊根、皮むき、生) 調合油	にんじん(根、皮つき、生) エリンギ(生) たまねぎ(りん茎、生) ブロッコリー(花序、生) パナナ(生) なつみかん(缶詰) もも(缶詰、白肉種、果肉)	エネルギー：411kcal タンパク：11.3g 脂質：16.3g	食塩相当量：1.4g	十日市ごっこ
17 木	マーボー豆腐 花型卵 まいたけ汁 りんご	牛乳100 クリームボックス(手作り)	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 普通牛乳 加糖練乳	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 食パン 有塩バター ざらめ糖(グラニュー糖) でん粉(とうもろこしでん粉)	にんにく(りん茎、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) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) にら(葉、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：534kcal タンパク：25g 脂質：24.3g	食塩相当量：1.9g	
18 金	焼き魚(鮭) ポテトサラダ なめこ汁 いちご 黒豆	野菜生活100 おにぎり(手作り)	べにざけ(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 黄だいず(国産、乾)	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) ざらめ糖(中ざら糖) 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) なめこ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー：415kcal タンパク：21g 脂質：10.8g	食塩相当量：1.6g	
19 土	ピーナツパンコッペパン 中華ソテー 牛乳200 オレンジ	バナナ	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 普通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツバター) ごま油 緑豆はるさめ(乾)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きくらげ(乾) チンゲンサイ(葉、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー：543kcal タンパク：18.5g 脂質：19.2g	食塩相当量：1.5g	
20 日								
21 月	ささ身揚げ もやし和え のっぺい汁 りんご	白いお星さまヨーグルト いも花子	若鶏、ささ身(生) 成鶏、もも(皮つき、生)	プレミックス粉(てんぷら用) 調合油 さといも(球茎、生) 板こんにやく(精粉こんにやく) でん粉(じゃがいもでん粉) 芋かりんとう	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 緑豆もやし(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) みついしこんぶ(素干し) だいこん(葉、生) ごぼう(根、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：403kcal タンパク：16.5g 脂質：14.3g	食塩相当量：1.5g	
22 火	煮込みハンバーグ 温野菜 白菜汁 みかん	牛乳100 フルーツサンド(手作り)	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ホイップクリーム(乳脂肪)	オリーブ油 ロールパン	にんじん たまねぎ ぶなしめじ(生) えのきたけ(生) エリンギ(生) キャベツ ブロッコリー(花序、生) はくさい(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生) もも(缶詰、白肉種、果肉) パナナ(生)	エネルギー：560kcal タンパク：20.8g 脂質：27.4g	食塩相当量：2.7g	
23 水								
24 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆麴汁 オレンジ	牛乳100 ホットケーキ(手作り)	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) 焼きふ(観世ふ) プレミックス粉(ホットケーキ用) 有塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：487kcal タンパク：19.8g 脂質：20.6g	食塩相当量：2.1g	
25 金	さばの味噌煮 豆まめサラダ すまし汁 いちご	ヤクルト せんべい	まさば(生) 米みそ(甘みそ) 黄だいず(国産、ゆで) 絹ごし豆腐	さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) さやいんげん(若ざや、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー：377kcal タンパク：16.6g 脂質：11.2g	食塩相当量：2g	
26 土	クリームサンド コロコロスープ 牛乳100 オレンジ	ゼリー(りんご) せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	クリームパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：598kcal タンパク：18.1g 脂質：18.6g	食塩相当量：2g	
27 日								
28 月	ほうれん草カレー 小女子甘煮 牛乳100 みかん	みかんヨーグルト せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いか(生) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：408kcal タンパク：12.7g 脂質：13.2g	食塩相当量：1.7g	

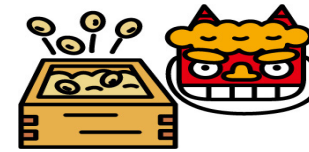
※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園



令和4年2月献立表

3歳未満児

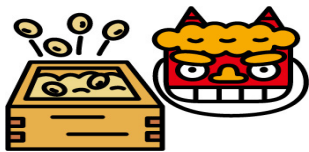


日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		行 事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 火	麦茶 麩菓子	鶏肉の唐揚げ 三色和え 豆腐汁 スウィーティー ご飯	オレンジジュース せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) 削り節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	かりんとう(黒) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) りんご(皮むき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) にんにく(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー：449kcal タンパク：13.7g 脂質：7.8g	食塩相当量：1.5g	
2 水	なかよしヨーグルト	鮭のマヨネーズ焼き ビーフンソテー すまし汁 みかん ご飯	牛乳100 スラッピージョー(手作り)	べにざけ(生) 鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 普通牛乳 ぶた、ひき肉(生)	マヨネーズ(全卵型) ビーフン 有塩バター 水稲穀粒(精白米) ロールパン パン粉(乾燥)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生) トマト加工品(ピューレー)	エネルギー：620kcal タンパク：25.8g 脂質：20.7g	食塩相当量：2.6g	
3 木	牛乳100 ビスコ	筑前煮 キッシュ 青菜汁 オレンジ ご飯	野菜生活100 恵方巻(手作り)	普通牛乳 若鶏、むね(皮つき、生) 油揚げ 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) 米みそ(淡色辛みそ) しろさけ(焼き)	オリーブ油 板こんにやく(精粉こんにやく) 薄力粉(1等) 有塩バター さつまいも(塊根、皮むき、生) 焼きふ(車ふ) 水稲穀粒(精白米)	ごぼう(根、生) 乾しいたけ(乾) れんこん(根茎、生) にんじん さやいんげん(若ざや、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰 ほうれんそう バレンシアオレンジ(砂じょう、生) あまのり(焼きのり) きゅうり(果実、生)	エネルギー：628kcal タンパク：21.1g 脂質：19.2g	食塩相当量：1.5g	豆まき
4 金	麦茶 誕生ケーキ	鬼カレーライス 春雨サラダ 牛乳100 いちご ご飯	アイス	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) うずら卵(水煮缶詰) 鶏卵、全卵(生) 若鶏、ささ身(生) 普通牛乳	ショートケーキ じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油 米菓(塩せんべい) 緑豆はるさめ(乾) ごま(いり) 水稲穀粒(精白米) アイスクリーム	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若ざや、生) ブロッコリー(花序、生) あまのり(焼きのり) ミニトマト(果実、生) きくらげ(乾) きゅうり(果実、生) いちご(生)	エネルギー：675kcal タンパク：20.6g 脂質：24.9g	食塩相当量：1.8g	誕生会
5 土	麦茶 ビスケット	ソフトフランス甘バター コーンチャウダー 牛乳100 みかん	ゼリー(ぶどう) せんべい	ホイップクリーム(乳脂肪) 成鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) コッペパン オリーブ油 有塩バター 薄力粉(1等) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン缶詰(クリームスタイル) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：545kcal タンパク：14.7g 脂質：17.4g	食塩相当量：2g	
6 日									
7 月	リンゴジュース ビスコ	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 みかん ご飯	白いお星さまヨーグルト せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：633kcal タンパク：17.1g 脂質：17.5g	食塩相当量：2g	
8 火	麦茶 せんべい	野菜の肉巻き コールスローサラダ えのき汁 いちご ご飯	牛乳100 チーズ蒸しパン(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) 薄力粉(1等) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用)	にんじん(根、皮つき、生) さやいんげん(若ざや、生) キャベツ(結球葉、生) きゅうり(果実、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー：488kcal タンパク：17g 脂質：17.4g	食塩相当量：2.4g	
9 水	なかよしヨーグルト	カレイの煮物 スパゲティサラダ ニラ玉汁 りんご ご飯	牛乳100 ピザパン(手作り)	まがれい(生) 若鶏、ささ身(生) 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーセージ(ワインナー) ミートソース	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ロールパン オリーブ油	しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) にら(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー：630kcal タンパク：27.1g 脂質：21.1g	食塩相当量：1.7g	
10 木	ヤクルト せんべい	五目昆布煮 厚焼き卵 大根汁 スウィーティー ご飯	牛乳100 ビスコ	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 油揚げ さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリーブ油 水稲穀粒(精白米)	みついしこんぶ(素干し) ごぼう(根、生) にんじん(根、皮つき、生) だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：555kcal タンパク：17.6g 脂質：19.2g	食塩相当量：1.7g	
11 金									
12 土		おみやげ							午前保育
13 日									
14 月	ぶどうジュース ビスコ	菜の花ツシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 みかん ご飯	みかんヨーグルト せんべい	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マカロニ・スパゲッティ(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) こまつな(葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：594kcal タンパク：17.5g 脂質：13.7g	食塩相当量：1.1g	



令和4年2月献立表

3歳未満児



日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		行 事
	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			
15 火	牛乳100 たまごボーロ	焼肉 ナムル とろりんスープ スウィーティー ご飯	ヤクルト せんべい	普通牛乳 ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生)	ボーロ(衛生ボーロ) ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) わかめ(海藻、生) えのきたけ(生)	エネルギー：649kcal タンパク：20.1g 脂質：18.3g	食塩相当量：1.9g	
16 水	なかよしヨーグルト	ブロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳100 フルーツヨーグルト ご飯	リンゴジュース 芋けんぴ(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いか(生) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) ざらめ糖(グラニュー糖) 水稲穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) 調合油	にんじん(根、皮つき、生) エリンギ(生) たまねぎ(りん茎、生) ブロッコリー(花序、生) パナナ(生) なつみかん(缶詰) もも(缶詰、白肉種、果肉)	エネルギー：548kcal タンパク：13.6g 脂質：17.2g	食塩相当量：1.1g	十日市ごっこ
17 木	麦茶 麩菓子	マーボー豆腐 花型卵 まいたけ汁 りんご ご飯	牛乳100 クリームボックス(手作り)	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 普通牛乳 加糖練乳	かりんとう(黒) ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 食パン 有塩バター ざらめ糖(グラニュー糖) でん粉(とうもろこしでん粉)	にんにく(りん茎、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) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) にら(葉、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) りんご(皮むき、生)	エネルギー：570kcal タンパク：21.9g 脂質：20g	食塩相当量：1.6g	
18 金	牛乳100 せんべい	焼き魚(鮭) ポテトサラダ なめこ汁 いちご 黒豆 ご飯	野菜生活100 おにぎり(手作り)	普通牛乳 ペにざけ(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 黄だいず(国産、乾)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) ざらめ糖(中ざら糖) 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) なめこ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー：540kcal タンパク：21.8g 脂質：12.4g	食塩相当量：1.4g	
19 土	麦茶 せん切り	ピーナツパンコッペパン 中華ソテー 牛乳200 オレンジ	パナナ	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 普通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツツバター) ごま油 緑豆はるさめ(乾)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きくらげ(乾) チンゲンサイ(葉、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) パナナ(生)	エネルギー：543kcal タンパク：18.5g 脂質：19.2g	食塩相当量：1.5g	
20 日									
21 月	野菜ジュース せんべい	ささ身揚げ もやし和え のっぺい汁 りんご ご飯	白いお星さまヨーグルト いも花子	若鶏、ささ身(生) 成鶏、もも(皮つき、生)	米菓(塩せんべい) プレミックス粉 調合油 さといも(球茎、生) 板こんにやくでん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 芋かりんとう	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 緑豆もやし(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) みついしこんぶ(素干し) だいこん(葉、生) ごぼう(根、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー：506kcal タンパク：16.2g 脂質：10.8g	食塩相当量：1.4g	
22 火	なかよしヨーグルト	煮込みハンバーグ 温野菜 白菜汁 みかん ご飯	牛乳100 フルーツサンド(手作り)	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ホイップクリーム(乳脂肪)	オリーブ油 水稲穀粒(精白米) ロールパン	にんじん たまねぎ ぶなしめじ(生) えのきたけ(生) エリンギ(生) キャベツ ブロッコリー(花序、生) はくさい 根深ねぎ(葉、軟白、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生) もも(缶詰、白肉種、果肉) パナナ(生)	エネルギー：621kcal タンパク：19.8g 脂質：22.8g	食塩相当量：1.9g	
23 水									
24 木	麦茶 せんべい	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆麩汁 オレンジ ご飯	牛乳100 ホットケーキ(手作り)	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) 焼きふ(観世ふ) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用) 有塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：541kcal タンパク：17.9g 脂質：16.8g	食塩相当量：2g	
25 金	牛乳100 ビスケット	さばの味噌煮 豆まめサラダ すまし汁 いちご ご飯	ヤクルト せんべい	普通牛乳 まさば(生) 米みそ(甘みそ) 黄だいず(国産、ゆで) 絹ごし豆腐	ビスケット(ハード) さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) さやいんげん(若ざや、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー：548kcal タンパク：19.4g 脂質：14g	食塩相当量：2.2g	
26 土	麦茶 ビスコ	クリームサンド コロコロスープ 牛乳100 オレンジ	ゼリー(りんご) せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	クリームパン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：522kcal タンパク：14.7g 脂質：16.7g	食塩相当量：1.5g	
27 日									
28 月	リンゴジュース ビスケット	ほうれん草カレー 小女子甘煮 牛乳100 みかん ご飯	みかんヨーグルト せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いか(生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー：588kcal タンパク：14.9g 脂質：14.3g	食塩相当量：1.7g	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園