



令和2年2月 献立表



3歳以上児



面川報徳保育園分園 大戸報徳保育園

日 曜	昼食		あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	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 土	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) 春雨とひき肉のソテー 牛乳200 オレンジ	せんべい オレンジジュース	ぶた. ひき肉(生) 普通牛乳	コッペパン いちご ソフトタイプ マーガリン 緑豆はるさめ ごま油 米菓 パレンシア アオレンジ	にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) きくらげ(乾) パレンシアオレンジ	エネルギー: 626kcal タンパク: 18.3g 脂質: 19.1g	食塩相当量: 1.7g	
2 日								
3 月	おに★スパバーグ 三色和え 牛乳 みかん	恵方巻 野菜生活	ぶた. ひき肉(生) 鶏卵. 全卵 ソーセージ ナチュラルチーズ 普通牛乳 かに風味かまぼこ しろさけ	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ パン粉(乾燥) スナック(コーンスナック) 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ トマト さやいんげん にんじん スイートコーン 大豆もやし ほうれんそう うんしゅうみかん あまのり(焼きのり) きゅうり 乾燥わかめ	エネルギー: 469kcal タンパク: 23.9g 脂質: 17.3g	食塩相当量: 1.9g	豆まき
4 火	ビーンズカレー 小女子 牛乳200 りんご	せんべい ジョア	黄だいず(水煮缶詰) ぶた大型種. かた(脂身つき、生) いかなぎ(生) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車糖(三温糖) ごま(乾) 米菓(塩せんべい)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 496kcal タンパク: 21.8g 脂質: 15g	食塩相当量: 1.5g	
5 水	ぶりの照り焼き ひじきサラダ ニラ玉汁 伊予柑	ミルクリッチ 牛乳	ぶり(成魚、生) ハム(ロース) 鶏卵. 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) クリームパン	しょうが にんじん スイートコーン きゅうり ひじき たら たまねぎ いよかん	エネルギー: 433kcal タンパク: 20.6g 脂質: 21.1g	食塩相当量: 1.4g	
6 木	オムライス 中華風コーンスープ ヤクルト400 いちご	デコレーションプリン	ベーコン(ベーコン) 鶏卵. 全卵(生) ぶた中型種. かた(脂身つき、生) ホイップ クリーム	水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) ミルクチョコレート	たまねぎ にんじん スイートコーン プロックリー トマト ぶなしめじ しょうが いちご うんしゅうみかん	エネルギー: 494kcal タンパク: 15g 脂質: 16g	食塩相当量: 2.7g	お誕生会
7 金	マーボーラーメン ヤーコンきんぴら 牛乳200 オレンジ	せんべい フルーツジュース	かつお節 ぶた大型種. かた(脂身つき、生) 絹ごし豆腐 豆みそ 普通牛乳	中華めん(生) ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 米菓(塩せんべい)	根深ねぎ にんじん にんにく しょうが いら れんこん こまつな パレンシアオレンジ	エネルギー: 456kcal タンパク: 17.4g 脂質: 12.7g	食塩相当量: 1.8g	
8 土	ソフトフランスピーナツパン 牛乳 みかん		普通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツバター)	うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー: 324kcal タンパク: 11.2g 脂質: 9.3g	食塩相当量: 1g	
9 日								
10 月	鶏肉のオレンジ煮 ひじき入り炒り豆腐 ワンタンスープ 伊予柑	フルーツヨーグルト 干し芋	若鶏. もも(皮つき、生) 木綿豆腐 鶏卵. 全卵(生) ぶた中型種. かた(脂身つき、生) ヨーグルト	無塩バター なたね油 車糖(三温糖) しゅうまいの皮 ごま油 ざらめ糖 さつまいも(蒸し切干)	パレンシアオレンジ にんじん 根深ねぎ きくらげ ひじき チンゲンサイ ぶなしめじ いよかん なつみかん もも パナナ	エネルギー: 430kcal タンパク: 19.4g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 1.1g	
11 火	建国記念の日							
12 水	赤うおの煮付け マカロニサラダ まいたけ汁 バナナ チーズ	クリームパン 牛乳	しらうお(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) プロセスチーズ 普通牛乳	車糖(三温糖) マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) クリームパン	しょうが きゅうり にんじん スイートコーン まいたけ 根深ねぎ パナナ	エネルギー: 444kcal タンパク: 24.3g 脂質: 19.3g	食塩相当量: 2.2g	
13 木	焼きそば 鶏のから揚げ ポテトのチーズ 手作りクッキー スポロン フルーツ	せんべい ヤクルト400	ぶた大型種. かた(脂身つき、生) 若鶏. もも プロセスチーズ ベーコン 鶏卵. 全卵(生)	蒸し中華めん なたね油 薄力粉(1等) でん粉 じゃがいも 無塩バター 車糖(三温糖) 米菓	キャベツ 大豆もやし あおさ しょうが にんにく スイートコーン いちご	エネルギー: 678kcal タンパク: 20g 脂質: 25.7g	食塩相当量: 1.1g	お店屋さんごっこ
14 金	切干大根の煮物 ス克蘭ブルエッグ 栄養麩汁 りんご	チョコレートケーキ 牛乳	なると 成鶏. もも(皮つき、生) 鶏卵. 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	じゃがいも 車糖(三温糖) 有塩バター 焼きふ. プレミックス粉(ホットケーキ用) ミルクチョコレート	切干しだいこん にんじん こまつな たまねぎ りんご パナナ	エネルギー: 489kcal タンパク: 19.6g 脂質: 16.8g	食塩相当量: 1.5g	
15 土	ツナコーンサンド ポトフ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ロールパン マヨネーズ(全卵型) ミルクチョコレート じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓	スイートコーン キャベツ たまねぎ にんじん プロックリー パレンシアオレンジ	エネルギー: 572kcal タンパク: 17.5g 脂質: 21.5g	食塩相当量: 2.4g	



令和2年2月 献立表



3歳以上児



面川報徳保育園分園 大戸報徳保育園

日 曜	食 食		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		
16 日							
17 月	菜の花シチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳200 みかん	ソファール(プレーン) 小魚アーモンド	若鶏、もも(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳 いかなご	マカロニスバゲッティ(乾) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車糖(三温糖) アーモンド(フライ、味付け)	スイートコーン たまねぎ にんじん 和種なばな うんしゅうみかん	エネルギー: 507kcal タンパク: 25.3g 脂質: 20.2g	食塩相当量: 1.4g
18 火	カレイのムニエルきのこソースかけ 白菜の和え物 うち豆汁 パナナ	チーズおにぎり 野菜生活	まがれい(生) 黄だいず(国産、乾) 豆みそ 削り節 プロセスチーズ	無塩バター 薄力粉(1等) 水稲穀粒(精白米)	エリンギ えのきたけ レモン はくさい きゅうり にんじん だいこん 根深ねぎ バナナ 乾燥わかめ	エネルギー: 390kcal タンパク: 19g 脂質: 8.6g	食塩相当量: 1.9g
19 水	五目納豆 さつまいもの甘煮 牛乳200 りんご	せんべい ジョア	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 普通牛乳	さつまいも(塊根、皮むき、生) 車糖(三温糖) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) りんご(皮むき、生)	エネルギー: 580kcal タンパク: 28.1g 脂質: 17.7g	食塩相当量: 2g
20 木	酢豚 半月卵 えのき汁 伊予柑	マヨネーズパン 牛乳	ふた大型種 かたローズ(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) 豆みそ 削り節 ベーコン 普通牛乳	じゃがいも なたね油 車糖(三温糖) でん粉 ごま(乾) ロールパン マヨネーズ(全卵型)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) 乾しいたけ(乾) しょうが(根茎、)	エネルギー: 437kcal タンパク: 17.8g 脂質: 22.1g	食塩相当量: 2.8g
21 金	ハムカツ キャベツ和え まいたけ汁 いちご 金時豆	ビスケット 牛乳	ハム(プレス) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね油 車糖(三温糖) ビスケット(ソフト)	キャベツ にんじん スイートコーン まいたけ 根深ねぎ いちご	エネルギー: 432kcal タンパク: 19.6g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 2.6g
22 土	甘バターサンド ポテトのカレー炒め 牛乳200 オレンジ	りんごゼリー せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	クリームパン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん 青ピーマン たまねぎ ハレンシアオレンジ	エネルギー: 491kcal タンパク: 15.6g 脂質: 16.8g	食塩相当量: 1.3g
23 日	天皇誕生日						
24 月	振替休日						
25 火	焼き魚 豆まめサラダ 白菜汁 いちご ブロッコリー	ホットケーキ 牛乳	べにざけ(生) 黄だいず(国産、ゆで) ハム 米みそ(甘みそ) かつお節 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	さつまいも マヨネーズ 焼ききふ プレミックス粉 メープルシロップ 無塩バター ミルクチョコレート	きゅうり にんじん さやいんげん 日本かぼちゃ はくさい 根深ねぎ いちご ブロッコリー	エネルギー: 442kcal タンパク: 21.6g 脂質: 20.9g	
26 水	ミートボール 温野菜 小松菜汁 みかん	手作りラスク 牛乳	ふた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	パン粉(生) 車糖(三温糖) でん粉 なたね油 焼ききふ(親世ふ) 食パン ざらめ糖 オリブ油	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ スイートコーン こまつな うんしゅうみかん	エネルギー: 443kcal タンパク: 18.5g 脂質: 19.5g	
27 木	きんぴらごぼう さつま芋キッシュ うち豆汁 甘夏 チーズ	ビスコ 牛乳	ふた大型種、ローズ ベーコン 鶏卵、全卵(生) 黄だいず 豆みそ 削り節 プロセスチーズ 普通牛乳	ごま(いり) 車糖(三温糖) なたね油 しらたき さつまいも(塊根、皮むき、生) ビスケット(ソフト)	ごぼう にんじん 乾しいたけ ほうれんそう だいこん 根深ねぎ なつみかん	エネルギー: 433kcal タンパク: 18.5g 脂質: 23.2g	
28 金	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳200 りんご	せんべい ヤクルト400	ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶた、肝臓(生) 普通牛乳	マカロニスバゲッティ(乾) 有塩バター でん粉 車糖(三温糖) なたね油 米菓(塩せんべい)	たまねぎ にんじん 青ピーマン ぶなしめじ あまのり(焼きのり) りんご	エネルギー: 540kcal タンパク: 25.6g 脂質: 18.7g	
29 土	ハムコーンチーズパン チキンカチャトラ 牛乳200 オレンジ	バナナ	プロセスチーズ ハム(ローズ) 若鶏、もも(皮つき、生) クリーム(植物性脂肪) 普通牛乳	コッペパン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 黒砂糖 オリブ油	スイートコーン たまねぎ えのきたけ トマト加工品 にんにく ハレンシアオレンジ パナナ	エネルギー: 562kcal タンパク: 22.1g 脂質: 19.5g	

材料の都合により献立を変更する場合があります





令和2年2月 献立表



3歳未満児



面川報徳保育園分園大戸報徳保育園

日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	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 土	ビスケット 麦茶	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) 春雨とひき肉のソテー 牛乳 オレンジ	せんべい オレンジジュース	ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳	ビスケット コッペパン いちご ソフトタイプマーガリン 緑豆はるさめ ごま油 米菓 パレンシアオレンジ	にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) きくらげ(乾) パレンシアオレンジ	エネルギー: 528kcal たんぱく: 12.4g 脂質: 17.7g	食塩相当量: 1.2g	
2 日									
3 月	せんべい 麦茶	おに★スパバーグ 三色和え 牛乳 みかん ご飯	恵方巻 野菜生活	ぶた、ひき肉 鶏卵、全卵 ソーセージ ナチュラルチーズ 普通牛乳 かに風味かまぼこ しろさけ	米菓 マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ パン粉 スナック 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん茎、生) トマト さやいんげん にんじん スイートコーン 大豆もやし ほうれんそう うんしゅうみかん あまのり(焼きのり) きゅうり 乾燥わかめ	エネルギー: 560kcal たんぱく: 25.7g 脂質: 17.5g	食塩相当量: 2.1g	豆まき
4 火	バナナ	ビーンズカレー 小女子 牛乳 りんご ご飯	せんべい ジョア	黄だいず(水煮缶詰) ぶた 大型種、かた(脂身つき、生) いかなぎ(生) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車糖(三温糖) ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓	バナナ ぶなしめじ たまねぎ にんじん りんご	エネルギー: 501kcal たんぱく: 19.4g 脂質: 11.2g	食塩相当量: 1.2g	
5 水	ビスコ 麦茶	ぶりの照り焼き ひじきサラダ ニラ玉汁 伊予柑 ご飯	ミルクリッチ 牛乳	ぶり(成魚、生) ハム(ロース) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) じゃがいも マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	しょうが にんじん スイートコーン きゅうり ひじき たら たまねぎ いよかん	エネルギー: 527kcal たんぱく: 21.4g 脂質: 23g	食塩相当量: 1.4g	
6 木	アスパラガス 麦茶	オムライス 中華風コーンスープ ヤクルト400 いちご	デコレーションプリン	ベーコン(ベーコン) 鶏卵、全卵(生) ぶた中型種、かた(脂身つき、生) ホイップ クリーム	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉 ミルクチョコレート	たまねぎ にんじん スイートコーン プロッコリー トマト ぶなしめじ しょうが いちご	エネルギー: 532kcal たんぱく: 15.8g 脂質: 16.1g	食塩相当量: 2.9g	お誕生会
7 金	白い風船 麦茶	マーボーラーメン ヤーコンきんぴら 牛乳 オレンジ	せんべい フルーツジュース	かつお節 ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 絹ごし豆腐 豆みそ 普通牛乳	ウエハース 中華めん(生) ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 米菓(塩せんべい)	根深ねぎ にんじん にんにく しょうが にら れんこん こまつな パレンシアオレンジ	エネルギー: 431kcal たんぱく: 14.8g 脂質: 10.1g	食塩相当量: 1.8g	
8 土	せんべい 麦茶	ソフトフランスピーナツパン 牛乳 みかん		普通牛乳	米菓(塩せんべい) コッペパン らっかせい(ピーナツバター)	うんしゅうみかん・じょうのう(早生、生)	エネルギー: 362kcal たんぱく: 12g 脂質: 9.4g	食塩相当量: 1.2g	
9 日									
10 月	動物ビスケット 麦茶	鶏肉のオレンジ煮 ひじき入り炒り豆腐 ワンタンスープ 伊予柑	フルーツヨーグルト 干し芋	若鶏、もも 木綿豆腐 鶏卵、全卵 ぶた中型種、かた ヨーグルト	ビスケット 無塩バター なたね油 車糖(三温糖) しゅうまいの皮 ごま油 ざらめ糖 さつまいも	パレンシアオレンジ にんじん 根深ねぎ きくらげ ひじき チンゲンサイ ぶなしめじ いよかん なつみかん もも バナナ	エネルギー: 509kcal たんぱく: 20.3g 脂質: 21.6g	食塩相当量: 1.2g	
11 火	建国記念の日								
12 水	せんべい 麦茶	赤うおの煮付け マカロニサラダ まいたけ汁 バナナ ご飯	クリームパン 牛乳	しらうお(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓 車糖(三温糖) マカロニ マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) クリームパン	しょうが きゅうり にんじん スイートコーン まいたけ 根深ねぎ バナナ	エネルギー: 502kcal たんぱく: 22.9g 脂質: 15.7g	食塩相当量: 2g	
13 木	麦茶	焼きそば 鶏のから揚げ ポテトのチーズ 手作りクッキー スポロン フルーツ	せんべい ヤクルト400	ぶた大型種、かた 若鶏、もも プロセスチーズ ベーコン 鶏卵、全卵	蒸し中華めん なたね油 薄力粉 でん粉 じゃがいも 無塩バター 車糖(三温糖) 米菓	キャベツ 大豆もやし あおさ しょうが にんにく スイートコーン いちご	エネルギー: 679kcal たんぱく: 22.9g 脂質: 25.7g	食塩相当量: 1.1g	お店屋さんごっこ
14 金	玉子ポーロ 麦茶	切干大根の煮物 ス克蘭ブルエッグ 栄養飴汁 りんご ご飯	チョコレートケーキ 牛乳	なると 成鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ポーロ じゃがいも 車糖 有塩バター 焼きふ、水稲穀粒(精白米) ホットケーキ用 ミルクチョコレート	切干しだいこん にんじん こまつな たまねぎ りんご バナナ	エネルギー: 563kcal たんぱく: 20.3g 脂質: 16.7g	食塩相当量: 1.4g	
15 土	バナナ	ツナコーンサンド ポトフ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ロールパン マヨネーズ ミルクチョコレート じゃがいも 米菓	バナナ スイートコーン キャベツ たまねぎ にんじん プロッコリー パレンシアオレンジ	エネルギー: 520kcal たんぱく: 15g 脂質: 18.9g	食塩相当量: 2.1g	



令和2年2月 献立表



3歳未満児



面川報徳保育園分園 大戸報徳保育園

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		
16 日								
17 月	白い風船 麦茶	菜の花シチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 みかん ご飯	ソファール(プレーン) せんべい	若鶏 もも(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	ウエハース マカロニ じゃがいも 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓	スイートコーン たまねぎ にんじん 和種なばな うんしゅうみかん	エネルギー: 514kcal たんぱく: 20.9g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 1.2g
18 火	アスパラガス 麦茶	カレイのムニエルきのこソースかけ 白菜の和え物 うち豆汁 パナナ ご飯	チーズおにぎり 野菜生活	まがれい(生) 黄だいず(国産、乾) 豆みそ 削り節 プロセスチーズ	米菓(塩せんべい) 無塩バター 薄力粉(1等) 水稲穀粒(精白米)	エリンギ えのきたけ レモン はくさい きゅうり にんじん だいこん 根深ねぎ パナナ 乾燥わかめ	エネルギー: 499kcal たんぱく: 21g 脂質: 8.9g	食塩相当量: 2.1g
19 水	バナナ	五目納豆 さつまいもの甘煮 牛乳 りんご ご飯	せんべい ジョア	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ 普通牛乳	さつまいも(塊根、皮むき、生) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ にんじん 根深ねぎ りんご	エネルギー: 585kcal たんぱく: 25.7g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1.7g
20 木	牛乳寒天	酢豚 半月卵 えのき汁 伊予柑 ご飯	マヨネーズパン 牛乳	ぶた大型種 かつお(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) 豆みそ 削り節 ベーコン 普通牛乳	ゼリー(ミルク) じゃがいも たね油 車糖(三温糖) でん粉 ごま 水稲穀粒 ロールパン マヨネーズ	たまねぎ にんじん 青ピーマン 乾しいたけ しょうが えのきたけ 乾燥わかめ いやかん スイートコーン	エネルギー: 585kcal たんぱく: 21.9g 脂質: 24.3g	食塩相当量: 2.9g
21 金	せんべい ヤクルト	ハムカツ キャベツ和え まいたけ汁 いちご 金時豆	ビスケット 牛乳	ハム(プレス) 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 薄力粉(1等) パン粉(乾燥) たね油 車糖(三温糖) ビスケット(ソフト)	キャベツ にんじん スイートコーン まいたけ 根深ねぎ いちご	エネルギー: 509kcal たんぱく: 21.1g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 2.8g
22 土	玉子ポーロ 麦茶	甘バターサンド ポテトのカレー炒め 牛乳 オレンジ	りんごゼリー せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ポーロ(衛生ポーロ) クリームパン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん 青ピーマン たまねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 399kcal たんぱく: 10.4g 脂質: 10.9g	食塩相当量: 1.1g
23 日	天皇誕生日							
24 月	振替休日							
25 火	プリン	焼き魚 豆まめサラダ 白菜汁 いちご	ホットケーキ 牛乳	ペにざけ(生) 黄だいず ハム 米みそ かつお節 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳	さつまいも マヨネーズ 焼きふホットケーキ用 メープルシロップ 無塩バター ミルクチョコレート	きゅうり にんじん さやいんげん 日本かぼちゃ はくさい 根深ねぎ いちご	エネルギー: 473kcal たんぱく: 21.7g 脂質: 19.2g	食塩相当量: 0.8g
26 水	バナナ	ミートボール 温野菜 小松菜汁 みかん ご飯	手作りラスク 牛乳	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	パン粉 でん粉 たね油 焼きふ 水稲穀粒(精白米) 食パン ざらめ糖 オリーブ油	バナナ にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ スイートコーン こまつな うんしゅうみかん	エネルギー: 513kcal たんぱく: 19.2g 脂質: 19.3g	食塩相当量: 1.3g
27 木	白い風船 麦茶	きんぴらごぼう さつま芋キッシュ うち豆汁 甘夏 ご飯	ビスコ 牛乳	ぶた大型種 ロース ベーコン 鶏卵 全卵 黄だいず 豆みそ 削り節 普通牛乳	ウエハース ごま 車糖(三温糖) たね油 しらす さつまいも 水稲穀粒(精白米) ビスケット	ごぼう にんじん 乾しいたけ ほうれんそう だいこん 根深ねぎ なつみかん	エネルギー: 499kcal たんぱく: 17.1g 脂質: 20.9g	食塩相当量: 1.4g
28 金	みかん 麦茶	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 りんご	せんべい ヤクルト400	ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶた、肝臓(生) 普通牛乳	スパゲティ 有塩バター でん粉 車糖(三温糖) たね油 米菓	うんしゅうみかん たまねぎ にんじん 青ピーマン ぶなしめじ あまのり(焼きのり) りんご	エネルギー: 468kcal たんぱく: 21.8g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 1.3g
29 土	せんべい 麦茶	ハムコーンチーズパン チキンチャトラ 牛乳 オレンジ	バナナ	プロセスチーズ ハム(ロース) 若鶏 もも(皮つき、生) クリーム(植物性脂肪) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) コップパン じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 黒砂糖 オリーブ油	スイートコーン たまねぎ えのきたけ トマト にんにく パレンシアオレンジ パナナ	エネルギー: 529kcal たんぱく: 19.5g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 3.3g

材料の都合により献立を変更する場合があります

