



令和2年4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	カや体温のもとになる	体の調子を整える			
1 水	赤魚の煮付け マカロニサラダ 若布汁 いちご	りんごゼリー せんべい	赤うお(生) ハム(ローズ) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節	車糖(三温糖) マカロニ ヨネーズ(全卵型) 米菓	きゅうり にんじん スイート コーン たまねぎ 乾燥わか め(素干し) いちご(生)	エネルギー: 304kcal たんぱく: 15g 脂質: 6.8g	食塩相当量: 2.1g	入園式
2 木	肉じゃが 厚焼き卵 えのき汁 パナナ	ホットケーキ 牛乳	ぶた大型種.かた(脂身つき、生) 鶏卵.全卵(生) 豆みそ 削り節 普通牛乳	じゃがいも しらたき 車糖 なたね油 プレミックス粉 メーブルシロップ 無塩バ ター ミルクチョコレート	にんじん たまねぎ さやい んげん えのきたけ 乾燥 わかめ(素干し) パナナ (生)	エネルギー: 452kcal たんぱく: 18.2g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 2.1g	
3 金	焼き魚 炒り豆腐 ちゃんぽんうどん 甘 夏	せんべい ヤクルト400	べにぎげ(生) 木綿豆腐 鶏卵.全卵(生) ぶた大型 種.かた(ローズ(脂身つき、 生)	なたね油 黒砂糖 干しうど ん(乾) 米菓(塩せんべい)	にんじん 根深ねぎ きくら げ たまねぎ 大豆もやし にら なつみかん	エネルギー: 372kcal たんぱく: 21.6g 脂質: 9.5g	食塩相当量: 2g	
4 土	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) アスパラソテー 牛乳200 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通 牛乳	コッペパン いちご(ジャム、 高糖度) ソフトタイプマーガ リン(家庭用) なたね油	キャベツ アスパラガス に んじん たまねぎ バレンシ アオレンジ パナナ	エネルギー: 571kcal たんぱく: 17.1g 脂質: 20.3g	食塩相当量: 2g	
5 日								
6 月	マグロの竜田揚げ ゴマ和え きゃべつ汁 甘夏	飲むヨーグルト 干し芋	くろまぐろ(天然、赤身、生) 絹ごし豆腐 かつお節 米 みそ(甘みそ) ヨーグルト 普通牛乳	でん粉 なたね油 ごま(い り) 車糖(三温糖) 乳酸菌 飲料(殺菌乳製品) さつま いも	にんにく しょうが ほうれん そう にんじん 大豆もやし キャベツ 根深ねぎ なつみ かん	エネルギー: 360kcal たんぱく: 19.6g 脂質: 10.5g	食塩相当量: 1.1g	
7 火	煮込みチーズハンバーグ 温野菜 絹さや汁 いちご	ビスケット 牛乳	ぶた.ひき肉(生) プロセス チーズ 鶏卵.全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ かつ お節 普通牛乳	車糖(三温糖) ビスケット (ソフト)	にんじん たまねぎ トマト ブロッコリー キャベツ ス イートコーン さやえんどう いちご	エネルギー: 415kcal たんぱく: 20.7g 脂質: 20.5g	食塩相当量: 1.8g	
8 水	ポークカレー 小女子 牛乳 パナナ	クラッカー ジョア	ぶた大型種.かた(ローズ(脂 身つき、生) いか(生) 普通牛乳	じゃがいも なたね油 車糖 (三温糖) ごま(乾) クラッ カー(ソーダ)	たまねぎ にんじん ぶなし めじ パナナ	エネルギー: 437kcal たんぱく: 18.3g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1.4g	
9 木	マーボー豆腐 半月卵 栄養麩汁 はっさく	クリームパン 牛乳	木綿豆腐 ぶた.ひき肉 (生) 米みそ(甘みそ) 鶏 卵.全卵(生) かつお節 普通牛乳	でん粉 ごま油 ごま(乾) 焼きふ(親世ふ) クリーム パン	にら にんじん にんにく しょうが 根深ねぎ たまね ぎ ごまつな はっさく	エネルギー: 411kcal たんぱく: 21.3g 脂質: 16.7g	食塩相当量: 1.7g	
10 金	照り焼きチキン 切干大根の煮物 卵とじそうめん グレープフルーツ	若布おにぎり 野菜生活	若鶏.もも(皮つき、生) な みと かつお節 鶏卵.全卵 (生) 若鶏.もも	じゃがいも 車糖(三温糖) そうめん.ひやむぎ(乾) 水 稲穀粒(精白米)	しょうが にんにく 切干した いこん にんじん 根深ねぎ たまねぎ グレープフルーツ 乾燥わかめ	エネルギー: 434kcal たんぱく: 18.5g 脂質: 9.6g	食塩相当量: 2.7g	
11 土	チーズドッグパン 春雨スープ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	ソーセージ(ウインナー) ナ チュラルチーズ(パルメザ ン) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	コッペパン 緑豆はるさめ (乾) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ キャベツ チンゲ ンサイ スイートコーン ぶ なしめじ バレンシアオレンジ	エネルギー: 540kcal たんぱく: 19.5g 脂質: 19.7g	食塩相当量: 3.6g	
12 日								
13 月	焼き魚 ポテトサラダ 若布汁 甘夏	ヨーグルトレアチーズ クラッカー	べにぎげ(生) ハム(ロー ス) 絹ごし豆腐 米みそ かつお節 ヨーグルト ナ チュラルチーズ(クリーム)	じゃがいも マヨネーズ(全 卵型) ざらめ糖 ビスケット (ソフト) クラッカー(ソーダ)	にんじん スイートコーン きゅうり たまねぎ 乾燥わ かめ なつみかん	エネルギー: 426kcal たんぱく: 19.5g 脂質: 22.7g	食塩相当量: 1.6g	
14 火	鶏のから揚げ 小松菜和え 絹さや汁 グレープフルーツ สปาゲティ	せんべい 牛乳	若鶏.もも 絹ごし豆腐 米 みそ かつお節 ナチュラル チーズ 普通牛乳	なたね油 薄力粉(1等)で ん粉 สปาゲティ(乾) 米 菓(塩せんべい)	しょうが にんにく ごまつな にんじん えのきたけ たま ねぎ さやえんどう グレー プフルーツ トマト	エネルギー: 429kcal たんぱく: 18.3g 脂質: 16.6g	食塩相当量: 1.8g	
15 水	竹の子の含め煮 ツナキッシュ えのき汁 パナナ	สปาゲティパン 牛乳	若鶏.もも 油揚げ 鶏卵.全 卵 まぐろ類缶詰 豆みそ 削 り節 ベーコン チーズ 普通 牛乳	車糖(三温糖) マカロニ・ス パゲティ(乾) なたね油 コッペパン	たけのこ にんじん さやえ んどう えのきたけ たまね ぎ 乾燥わかめ パナナ	エネルギー: 420kcal たんぱく: 19.8g 脂質: 18.3g	食塩相当量: 2.8g	



令和2年4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	行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える		
16 木	三色丼 アスパラサラダ むらくも汁 いちご	ミニパフェ	鶏卵 全卵(生) 鶏肉、ひき肉 ハム 蒸しかまぼこ 木綿豆腐 かつお節 ホイップクリーム	水稲穀粒(精白米) 黒砂糖マヨネーズ(全卵型) じゃがいも ミルクチョコレート ラクトアイス	ほうれんそう レタス にんじん アスパラガス きゅうり 根深ねぎ いちご	エネルギー: 499kcal たんぱく: 18.5g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 2.5g 誕生会
17 金	春キャベツシチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 ゴールデンキウイ	せんべい ジョア	若鶏 もも(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車糖(三温糖) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン たまねぎ にんじん キャベツ キウイ フルーツ	エネルギー: 452kcal たんぱく: 22.3g 脂質: 12.3g	食塩相当量: 1.2g
18 土	ソフトフランスピーナツパン ミネストローネ 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 黄だいたま(水煮缶詰) 普通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツバター) マカロニ・スパゲッティ(乾)	たまねぎ スイートコーン にんにく にんじん トマト パレンシアオレンジ バナナ	エネルギー: 456kcal たんぱく: 14.8g 脂質: 12g	食塩相当量: 2.1g
19 日							
20 月	ハッシュドポーク コールスローサラダ 牛乳 グレープフルーツ	フルーツヨーグルト せんべい	ぶた中型種. かつ(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	なたね油 マヨネーズ(全卵型) ざらめ糖(グラニュー糖) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ にんじん ぶなしめじ トマト マッシュルーム キャベツ きゅうり スイートコーン グレープフルーツ なつみかん もも バナナ	エネルギー: 387kcal たんぱく: 11.1g 脂質: 15.4g	食塩相当量: 1.9g
21 火	カレイのから揚げ ブロッコリーナムル 若布汁 いちご	せんべい 牛乳	まがれい(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 マヨネーズ(全卵型) ごま油 ごま(いり) 米菓	ブロッコリー にんじん 大豆もやし にんにく たまねぎ 乾燥わかめ いちご	エネルギー: 390kcal たんぱく: 18.7g 脂質: 18.7g	食塩相当量: 2.6g
22 水	焼肉 ビーフソテー ニラ玉汁 バナナ	手作りラスク 牛乳	ぶた大型種. ロース ベーコン 鶏卵 全卵 かつお節 米みそ 普通牛乳	ごま(乾) ビーフ なたね油 食パン ざらめ糖(グラニュー糖) オリブ油	にんじん 青ピーマン 大豆もやし きくらげ にら たまねぎ バナナ	エネルギー: 465kcal たんぱく: 20.2g 脂質: 21.3g	食塩相当量: 1.7g
23 木	水菜とチーズの肉巻き ポテトサラダ まいたけ汁 グレープフルーツ スパゲティ	クッキー 牛乳	ぶた中型種. かつロース チーズ ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ 普通牛乳	車糖(三温糖) じゃがいも マヨネーズ(全卵型) スパゲッティ(乾) なたね油 ビスケッ(ソフト)	みずな にんじん スイートコーン きゅうり まいたけ 根深ねぎ グレープフルーツ トマト	エネルギー: 429kcal たんぱく: 21.4g 脂質: 20.3g	食塩相当量: 1.7g
24 金	五目納豆 さつまいものバター煮 コロコロスープ ゴールデンキウイ	せんべい ヤクルト400	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ ベーコン(ベーコン)	さつまいも 有塩バター 車糖(三温糖) じゃがいも 米菓	にんじん 根深ねぎ たまねぎ キャベツ にんにく キウイフルーツ	エネルギー: 429kcal たんぱく: 16.7g 脂質: 11.3g	食塩相当量: 2.7g
25 土	甘バターサンド 厚揚げのケチャップ煮 牛乳200 オレンジ	ソファール せんべい	生揚げ ぶた. ひき肉(生) 普通牛乳	クリームパン なたね油 車糖(三温糖) 米菓(塩せんべい)	にんじん たまねぎ さやいんげん パレンシアオレンジ	エネルギー: 573kcal たんぱく: 24g 脂質: 22.6g	食塩相当量: 1.1g
26 日							
27 月	さばの味噌煮 スパゲティサラダ ニラ玉汁 いちご	カップケーキ 牛乳	まさば(生) 米みそ まぐろ 類缶詰 鶏卵 全卵(生) かつお節 普通牛乳	車糖(三温糖) スパゲッティ(乾) マヨネーズ プレミックス粉 無塩バター ミルクチョコレート	しょうが にんじん スイートコーン きゅうり にら たまねぎ いちご	エネルギー: 476kcal たんぱく: 20.7g 脂質: 24.2g	食塩相当量: 1.3g
28 火	ミートボール 三色和え 絹さや汁 オレンジ	ビスコ 牛乳	ぶた. ひき肉(生) 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	パン粉 車糖(三温糖) でん粉 なたね油 ビスケッ(ソフト)	にんじん たまねぎ スイートコーン 大豆もやし ほうれんそう さやえんどう パレンシアオレンジ	エネルギー: 425kcal たんぱく: 17.6g 脂質: 21.9g	食塩相当量: 1.2g
29 水							
30 木	ひじきの寄せ煮 ス克蘭ブルエッグ えのき汁 バナナ ばりんこ スポロン	ミルクリッチ 牛乳	ぶた大型種. ロース(脂身つき、生) 油揚げ 鶏卵 全卵(生) 豆みそ 削り節 普通牛乳	車糖(三温糖) なたね油 有塩バター 米菓(塩せんべい) クリームパン	ごぼう にんじん ひじき さやいんげん えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ バナナ	エネルギー: 508kcal たんぱく: 20.6g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 3g かぶと行列



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4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		
1 水	ビスケット 麦茶	赤魚の煮付け マカロニサラダ 若布汁 いちご ご飯	りんごゼリー せんべい	赤魚(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節	ビスケット(ソフト) 車糖(三温糖) マカロニ マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) 米菓	きゅうり にんじん スイートコーン たまねぎ 乾燥わかめ いちご	エネルギー: 490kcal タンパク: 17.7g 脂質: 11.2g	食塩相当量: 2.2g 入園式
2 木	せんべい 麦茶	肉じゃが 厚焼き卵 えのき汁 バナナ ご飯	ホットケーキ 牛乳	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) 豆みそ 削り節 普通牛乳	米菓 じゃがいも しらす 車糖 なたね油 水稲穀粒(精白米) フレミックス粉 メープルシロップ 無塩バター ミルクチョコレート	にんじん たまねぎ さやいんげん えのきたけ 乾燥わかめ バナナ	エネルギー: 561kcal タンパク: 20.2g 脂質: 18.2g	
3 金	バナナ	焼き魚 炒り豆腐 ちゃんぽんうどん 甘夏 ご飯	せんべい ヤクルト400	べにざげ(生) 木綿豆腐 鶏卵 全卵(生) ぶた大型種 かつ(ロース(脂身つき、生))	なたね油 黒砂糖 干しうどん(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) にんじん 根深ねぎ きくらげ たまねぎ 大豆もやし なら なつみかん	エネルギー: 486kcal タンパク: 23.4g 脂質: 9.8g	食塩相当量: 2g
4 土	ビスコ 麦茶	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) アスパラソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) コッペパン いちご(ジャム、高糖度) ソフトタイプマーガリン(家庭用) なたね油	キャベツ アスパラガス にんじん たまねぎ パレンシア オレンジ バナナ	エネルギー: 447kcal タンパク: 10.9g 脂質: 17.6g	食塩相当量: 1.5g
5 日								
6 月	アスパラガス 麦茶	マグロの竜田揚げ ゴマ和え きゃべつ汁 甘夏 ご飯	飲むヨーグルト 干し芋	くろまぐろ 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ヨーグルト 普通牛乳	米菓 でん粉 なたね油 ごま(しり) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料 さつまいも	にんにく しょうが ほうれんそう にんじん 大豆もやし キャベツ 根深ねぎ なつみかん	エネルギー: 463kcal タンパク: 21.3g 脂質: 10.5g	食塩相当量: 1.3g
7 火	せんべい 麦茶	煮込みチーズハンバーグ 温野菜 絹さや汁 いちご ご飯	ビスケット 牛乳	ぶた、ひき肉(生) プロセスチーズ 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ かつお節 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん たまねぎ トマト ブロッコリー キャベツ スイートコーン さやえんどう いちご	エネルギー: 524kcal タンパク: 22.7g 脂質: 20.8g	食塩相当量: 2g
8 水	ソファール	ポークカレー 小女子 牛乳 バナナ ご飯	クラッカー ジョア	ぶた大型種 かつ(ロース(脂身つき、生)) いかなご(生) 普通牛乳	じゃがいも なたね油 車糖(三温糖) ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) クラッカー	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ぶなしめじ(生) バナナ(生)	エネルギー: 556kcal タンパク: 22.9g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 1.2g
9 木	バナナ	マーボー豆腐 半月卵 栄養麩汁 はっさく ご飯	クリームパン 牛乳	木綿豆腐 ぶた、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵 全卵(生) かつお節 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 ごま(乾) 焼きふ 水稲穀粒(精白米) クリームパン	バナナ なら にんじん にんにく しょうが 根深ねぎ たまねぎ ごまつな はっさく	エネルギー: 511kcal タンパク: 21.8g 脂質: 16.2g	
10 金	チョイス 麦茶	照り焼きチキン 切干大根の煮物 卵とじそうめん グレープフルーツ ご飯	若布おにぎり 野菜生活	若鶏、もも(皮つき、生) なるもと かつお節 鶏卵 全卵(生) 若鶏、もも(皮つき、焼き)	ビスケット(ソフト) じゃがいも 車糖(三温糖) そうめん 水稲穀粒(精白米)	しょうが にんにく 切干だいこん にんじん 根深ねぎ たまねぎ グレープフルーツ 乾燥わかめ	エネルギー: 584kcal タンパク: 20.6g 脂質: 13.9g	食塩相当量: 2.8g
11 土	玉子ポーロ 麦茶	チーズドッグパン 春雨スープ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	ソーセージ(ウインナー) ナチュラルチーズ(パルメザン) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ポーロ(衛生ポーロ) コッペパン 緑豆はるさめ(乾) 米菓	たまねぎ キャベツ チンゲンサイ スイートコーン ぶなしめじ パレンシア オレンジ	エネルギー: 489kcal タンパク: 17.3g 脂質: 19g	食塩相当量: 3.1g
12 日								
13 月	クラッカー 麦茶	焼き魚 ポテトサラダ 若布汁 甘夏 ご飯	ヨーグルトレアチーズ	べにざげ(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 米みそ かつお節 ヨーグルト ナチュラルチーズ(クリーム)	クラッカー じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) さらめ糖 ビスケット	にんじん スイートコーン きゅうり たまねぎ 乾燥わかめ なつみかん	エネルギー: 532kcal タンパク: 21.6g 脂質: 23.7g	食塩相当量: 1.7g
14 火	ビスケット 麦茶	鶏のから揚げ 小松菜和え 絹さや汁 グレープフルーツ ご飯	せんべい 牛乳	若鶏、もも(皮つき、生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	ビスケット(ソフト) なたね油 薄力粉 でん粉 水稲穀粒(精白米) 米菓	しょうが にんにく ごまつな にんじん えのきたけ たまねぎ さやえんどう グレープフルーツ	エネルギー: 516kcal タンパク: 18.2g 脂質: 19.4g	食塩相当量: 1.6g
15 水	せんべい 麦茶	竹の子の含め煮 ツナキッシュ えのき汁 バナナ ご飯	スパゲティパン 牛乳	若鶏、もも 湯揚げ 鶏卵 全卵 まぐろ缶詰 チーズ 豆みそ 削り節 ベーコン チーズ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) スパゲティ なたね油 コッペパン	たけのこ にんじん さやえんどう えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ バナナ	エネルギー: 529kcal タンパク: 21.8g 脂質: 18.6g	食塩相当量: 3g



令和2年4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 木	バナナ	三色丼 アスパラサラダ むらくも汁 いちご	ミニパフェ	鶏卵、全卵(生) 鶏肉、ひき肉(生) ハム 蒸しかまぼこ 木綿豆腐 かつお節 ホイップクリーム	水稲穀粒(精白米) 黒砂糖 マヨネーズ(全卵型) じゃがいも ミルクチョコレート ラクアアイス	バナナ ほうれんそう レタス にんじん アスパラガス きゅうり 根深ねぎ いちご	エネルギー: 506kcal タンパク: 18.5g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 2.5g	誕生会
17 金	アスパラガス 麦茶	春キャベツシチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	せんべい ジョア	若鶏、もも(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) じゃがいも 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	スイートコーン たまねぎ にんにく キャベツ キウイフルーツ	エネルギー: 561kcal タンパク: 24.3g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.4g	
18 土	動物ビスケット 麦茶	ソフトフランスピーナツパン ミネストローネ 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 黄だいず(水煮缶詰) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) コッパン らつかせい(ピーナツバター) マカロニ・スパゲッティ(乾)	たまねぎ スイートコーン にんにく にんじん トマト バレンシアオレンジ バナナ	エネルギー: 535kcal タンパク: 15.7g 脂質: 16.1g	食塩相当量: 2.2g	
19 日									
20 月	玉子ボーロ 麦茶	ハッシュドポーク コールスローサラダ 牛乳 グレープフルーツ ご飯	フルーツヨーグルト せんべい	ぶた中型種、かた(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳 ヨーグルト(全脂無糖)	ボーロ(衛生ボーロ) なたね油 マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖 米菓(塩せんべい)	たまねぎ にんにく ぶなしめじ トマト マッシュルーム キャベツ きゅうり スイートコーン グレープフルーツ なつみかん もも バナナ	エネルギー: 498kcal タンパク: 12.6g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1.9g	
21 火	ビスケット 麦茶	カレイのから揚げ ブロッコリーナムル 若布汁 いちご ご飯	せんべい 牛乳	まがれい(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	ビスケット でん粉 なたね油 マヨネーズ ごま油 ごま(いり) 水稲穀粒(精白米) 米菓	ブロッコリー にんじん 大豆もやし にんにく たまねぎ 乾燥わかめ いちご	エネルギー: 521kcal タンパク: 16.9g 脂質: 22.8g	食塩相当量: 2.7g	
22 水	せんべい 麦茶	焼肉 ビーフソテー ニラ玉汁 バナナ ご飯	手作りラスク 牛乳	ぶた大型種、ロース ベーコン 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ 普通牛乳	米菓 ごま(乾) ビーフ なたね油 水稲穀粒(精白米) 食パン ざらめ糖 オリブ油	にんじん 青ピーマン 大豆もやし きくらげ にら たまねぎ バナナ	エネルギー: 574kcal タンパク: 22.2g 脂質: 21.6g	食塩相当量: 1.9g	
23 木	バナナ	水菜とチーズの肉巻き ポテトサラダ またけ汁 グレープフルーツ ご飯	クッキー 牛乳	ぶた中型種、かたロース チーズ ハム 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ 普通牛乳	車糖(三温糖) じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	バナナ みずな にんじん スイートコーン きゅうり まいたけ 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 480kcal タンパク: 21g 脂質: 19.1g	食塩相当量: 1.4g	
24 金	元気ヨーグルト	五目納豆 さつまいものバター煮 コロコロスープ ゴールデンキウイ ご飯	せんべい ヤクルト400	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ ベーコン	さつまいも 有塩バター 車糖(三温糖) じゃがいも 水稲穀粒(精白米) 米菓	にんじん 根深ねぎ たまねぎ キャベツ にんにく キウイフルーツ	エネルギー: 564kcal タンパク: 20.6g 脂質: 12.9g	食塩相当量: 2.7g	
25 土	動物ビスケット 麦茶	甘バターサンド 厚揚げのケチャップ煮 牛乳 オレンジ	ソファール(プレーン) せんべい	生揚げ ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) クリームパン なたね油 車糖(三温糖) 米菓	にんじん たまねぎ さやいんげん バレンシアオレンジ	エネルギー: 581kcal タンパク: 21.5g 脂質: 22.7g	食塩相当量: 1.1g	
26 日									
27 月	玉子ボーロ 麦茶	さばの味噌煮 スパゲティサラダ ニラ玉汁 いちご ご飯	カップケーキ 牛乳	まさば(生) 米みそ(甘みそ) まぐろ類缶詰 鶏卵、全卵(生) かつお節 普通牛乳	ボーロ 車糖 スパゲティ(乾) マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉 無塩バター ミルクチョコレート	しょうが にんじん スイートコーン きゅうり にら たまねぎ いちご	エネルギー: 587kcal タンパク: 22.2g 脂質: 24.6g	食塩相当量: 1.3g	
28 火	ビスケット 麦茶	ミートボール 三色和え 絹さや汁 オレンジ ご飯	ビスコ 牛乳	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	ビスケット(ソフト) パン粉 車糖(三温糖) でん粉 なたね油 水稲穀粒(精白米)	にんじん たまねぎ スイートコーン 大豆もやし ほうれんそう さやえんどう バレンシアオレンジ	エネルギー: 575kcal タンパク: 19.7g 脂質: 26.2g	食塩相当量: 1.3g	
29 水									
30 木	ぱりんこ スポロン	ひじきの寄せ煮 ス克蘭ブルエッグ えのき汁 バナナ ご飯	ミルクリッチ 牛乳	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 油揚げ 鶏卵、全卵(生) 豆みそ 削り節 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) なたね油 有塩バター 水稲穀粒(精白米) クリームパン	ごぼう にんじん ひじき さやいんげん えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ バナナ	エネルギー: 579kcal タンパク: 21.8g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 3g	かぶと 行列

材料の都合により献立を変更する場合があります

