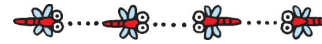




令和2年9月 献立表



3歳以上児



面川報徳保育園分園大戸報徳保育園

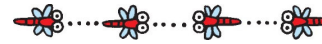
日 曜	昼食	昼間	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	栄養価		行事
1 火	ぶりの照り焼き焼き 小松菜和え オクラ汁 バナナ	ジョア せんべい	ぶり 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ	三温糖 せんべい	こまつな にんじん えのき たけ オクラ たまねぎ バ ナナ	1エネルギー: 462kcal タンパク: 20.7g 脂質: 15.9g	食塩相当量: 1.6g	
2 水	ポークチャップ 和風ポテトサラダ なす汁 梨	牛乳 揚げパン	ぶた中型種 かつお節 焼き竹輪 プロセスチーズ かつお節 米みそ 普通牛 乳 きな粉	なたね油 じゃがいも マヨ ネーズ 焼きふ コッパン 黒砂糖	たまねぎ にんにく きゅうり にんじん 塩昆布 スイート コーン なす 日本なし	1エネルギー: 516kcal タンパク: 21.8g 脂質: 24g	食塩相当量: 2.8g	
3 木	きんぴらごぼう 半月卵 きゃべつ汁 グレープフルーツ スパゲティ	牛乳 ビスコ	ぶた大型種 ロース 鶏卵 全卵 絹ごし豆腐 かつお 節 米みそ チーズ 普通牛 乳	ごま 三温糖 なたね油 し らたき ごま スパゲティ バター ビスケット	ごぼう にんじん 乾しいた け キャベツ 根深ねぎ グ レープフルーツ	1エネルギー: 419kcal タンパク: 16g 脂質: 20.9g	食塩相当量: 1.4g	
4 金	いわしの味噌煮 かぼちゃサラダ わかめうどん ゴールデンキウイ	牛乳 スイートポテト	いわし 缶詰 米みそ ハム なると 鶏卵 全卵 かつお 節 普通牛乳 生クリーム	マヨネーズ 干しうどん さ つまいも バター 三温糖	しょうが 日本かぼちゃ に んじん きゅうり スイート コーン 根深ねぎ わかめ キウイフルーツ	1エネルギー: 462kcal タンパク: 22.6g 脂質: 20.1g	食塩相当量: 3.3g	
5 土	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) イタリアンスープ 牛乳 オレンジ	リンゴジュース せんべい	ベーコン 鶏卵 全卵 チー ズ 普通牛乳	コッパン いちご(ジャム) マーガリン バター パン粉 塩せんべい	たまねぎ キャベツ にんじ ん バレンシアオレンジ	1エネルギー: 527kcal タンパク: 14.9g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 2.2g	
6 日								
7 月	さつま芋シチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 ゴールデンキウイ	ソファール(プレーン) クラッカー	成鶏 もも 焼き竹輪 生揚 げ 普通牛乳	じゃがいも さつまいも な たね油 三温糖 クラッカー	スイートコーン たまねぎ にんじん キウイフルーツ	1エネルギー: 435kcal タンパク: 18.6g 脂質: 15.7g	食塩相当量: 1.1g	
8 火	花シュウマイ 三色和え なめこ汁 梨 牛乳	ヤクルト400 せんべい	ぶた ひき肉 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ 普通牛 乳	しゅうまいの皮 ごま油 で ん粉 塩せんべい	しょうが たまねぎ にんじ ん スイートコーン 大豆も やし ほうれんそう なめこ 根深ねぎ 日本なし	1エネルギー: 377kcal タンパク: 15.8g 脂質: 11.3g	食塩相当量: 1.4g	流紋焼き (年長児)
9 水	かつおフライ 切干大根 しめじ汁 オレンジ	牛乳 手作りラスク	かつお 鶏卵 全卵 さつま 揚げ 油揚げ かつお節 絹ごし豆腐 豆みそ 普通 牛乳	薄力粉 なたね油 パン粉 三温糖 食パン グラニュー 糖 オリーブ油	しょうが 切干しだいごん にんじん こまつな わかめ ぶなしめじ 根深ねぎ バレ ンシアオレンジ	1エネルギー: 476kcal タンパク: 25.3g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 2g	
10 木	親子煮 塩昆布漬 味噌うどん グレープフルーツ	牛乳 若布おにぎり	若鶏 もも なると 鶏卵 全卵 米みそ ぶた ひき肉 かつお節 普通牛乳	三温糖 干しうどん バター 精白米	たまねぎ にんじん 乾しいた け さやいんげん キャベツ きゅうり 塩昆布 ぶなしめじ えのきたけ グレープフルーツ わかめ	1エネルギー: 414kcal タンパク: 16.4g 脂質: 13g	食塩相当量: 3.7g	
11 金	手巻き寿司 照り焼きチキン 野菜生活 ぶどう	牛乳 ショートケーキ	鶏卵 全卵 まぐろ類缶詰 糸引き納豆 若鶏 もも 普 通牛乳	精白米 マヨネーズ ショー トケーキ	のり きゅうり スイートコー ン しょうが にんにく ぶど う	1エネルギー: 646kcal タンパク: 25.2g 脂質: 22.8g	食塩相当量: 1.3g	誕生会
12 土	コッパン スラッピージョー 牛乳200 ツナコーンサラダ グレープフルーツ	プリン せんべい	ぶた ひき肉 普通牛乳 ま ぐろ類缶詰	コッパン パン粉 三温糖 マヨネーズ 塩せんべい	たまねぎ 青ピーマン ス イートコーン にんじん きゅ うり グレープフルーツ	1エネルギー: 576kcal タンパク: 21g 脂質: 20.3g	食塩相当量: 2.2g	陶芸教室 (年長児)
13 日								
14 月	肉じゃが 厚焼き卵 若布汁 ゴールデンキウイ	飲むヨーグルト チーズ クラッカー	ぶた大型種 かつお節 鶏卵 全卵 絹ごし豆腐 豆みそ かつお節 ヨーグルト 普通 牛乳 プロセスチーズ	じゃがいも しらたき 三温 糖 なたね油 乳酸菌飲料 クラッカー	にんじん たまねぎ さやい んげん わかめ キウイフ ルーツ	1エネルギー: 449kcal タンパク: 19.8g 脂質: 17.4g	食塩相当量: 2.1g	
15 火	ヒレカツ キャベツ和え 小松菜汁 オレンジ 牛乳	せんべい スポロン	ぶた大型種 ヒレ 鶏卵 全 卵 かつお節 豆みそ 普 通牛乳	薄力粉 パン粉 なたね油 焼きふ 塩せんべい	キャベツ にんじん スイート コーン こまつな たまね ぎ バレンシアオレンジ	1エネルギー: 404kcal タンパク: 20.4g 脂質: 9.3g	食塩相当量: 1.7g	



令和2年9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	昼間	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	栄養価		行事	
16 水	カレイの煮付け マセドアンサラダ まいたけ汁 梨	牛乳 ドッグパン	まがれい ハム 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳 ウィナー	三温糖 さつまいも マヨネーズ コッペパン	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 日本なし たまねぎ キャベツ	エネルギー: 434kcal タンパク: 21.9g 脂質: 17.4g	食塩相当量: 2.5g		
17 木	五目納豆 さつまいものバター煮 なす汁 ぶどう	りんごゼリー せんべい	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 全卵 プロセスチーズ かつお節 豆みそ	さつまいも バター 三温糖 焼きふ 塩せんべい	にんじん 根深ねぎ なす たまねぎ ぶどう	エネルギー: 384kcal タンパク: 15.4g 脂質: 9.3g	食塩相当量: 1.8g	ぶどう狩り (年長児)	
18 金	きのこカレー 小女子 牛乳200 グレープフルーツ	ジョア せんべい	成鶏 むね いかなぎ 普通牛乳	じゃがいも 三温糖 ごま塩せんべい	マッシュルーム ぶなしめじ たまねぎ にんじん グレープフルーツ	エネルギー: 479kcal タンパク: 21.9g 脂質: 14.9g	食塩相当量: 1.6g		
19 土	チョコサンド グラタン 牛乳200 オレンジ	ビスケット 野菜生活	ベーコン チーズ 普通牛乳	食パン ミルクチョコレート マカロニ 薄力粉 バター ビスケット	たまねぎ ぶなしめじ スイートコーン バレンシアオレンジ	エネルギー: 675kcal タンパク: 21.3g 脂質: 29.5g	食塩相当量: 1.5g		
20 日									
21 月	敬老の日								
22 火	秋分の日								
23 水	筑前煮 ブロッコリーキッシュ えのき汁 オレンジ	牛乳 パンプキンパン	若鶏 もも 鶏卵 全卵 ベーコン プロセスチーズ 豆みそ 削り節 普通牛乳	三温糖 コッペパン	ごぼう たけのこ にんじん さやいんげん 乾しいたけ ブロッコリー えのきたけ たまねぎ わかめ バレンシアオレンジ 日本かぼちゃ	エネルギー: 349kcal タンパク: 18.2g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 2.7g		
24 木	鶏のから揚げ 青菜和え きゃべつ汁 りんご	牛乳 焼きそば	若鶏 もも かつお節 絹ごし豆腐 豆みそ 普通牛乳 ぶた大型種 かつ	なたね油 薄力粉 でん粉 蒸し中華めん	しょうが にんにく ほうれんそう にんじん 大豆もやし スイートコーン キャベツ 根深ねぎ りんご	エネルギー: 434kcal タンパク: 19.2g 脂質: 18.6g	食塩相当量: 1.4g		
25 金	さわらのなたね焼き 切干大根の中華和え 栄養麩汁 梨	オレンジジュース せんべい	さわら 鶏卵 全卵 焼き竹輪 かつお節 豆みそ	マヨネーズ 薄力粉 ごま油 ごま 焼きふ バレンシアオレンジ 塩せんべい	こまつな 切干だいこん きゅうり たまねぎ 日本なし	エネルギー: 438kcal タンパク: 20.1g 脂質: 17.1g	食塩相当量: 1.7g		
26 土	ツナコーントースト とろりんスープ 牛乳 梨	バナナ	まぐろ類缶詰 プロセスチーズ 鶏卵 全卵 かに風味 かまぼこ 普通牛乳	食パン マヨネーズ でん粉	スイートコーン たまねぎ わかめ ぶなしめじ 日本なし バナナ	エネルギー: 484kcal タンパク: 17.2g 脂質: 16.7g	食塩相当量: 1.7g		
27 日									
28 月	鶏肉のオレンジ煮 スパゲティサラダ むらくも汁 りんご	フルーツヨーグルト クラッカー	若鶏 もも まぐろ類缶詰 蒸しかまぼこ 鶏卵 全卵 木綿豆腐 かつお節 ヨーグルト	バター スパゲティ マヨネーズ じゃがいも グラニュー糖 クラッカー	バレンシアオレンジ にんじん スイートコーン きゅうり 根深ねぎ りんご なつみかん もも バナナ	エネルギー: 464kcal タンパク: 20.1g 脂質: 20.2g	食塩相当量: 2.5g		
29 火	ミートローフ 春雨サラダ しめじ汁 オレンジ ヤクルト400	牛乳 ビスケット	ぶた ひき肉 絹ごし豆腐 鶏卵 全卵 ハム 豆みそ かつお節 普通牛乳	砂糖 なたね油 緑豆はるさめ ドレッシング ビスケット	たまねぎ きゅうり にんじん スイートコーン わかめ ぶなしめじ 根深ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 424kcal タンパク: 16.4g 脂質: 17.7g	食塩相当量: 1.7g		
30 水	さばの味噌煮 マカロニサラダ 白菜汁 梨	牛乳 ミルクリッチ	さば 豆みそ ハム かつお節 普通牛乳	三温糖 マカロニ マヨネーズ 焼きふ ミルクリッチ	しょうが きゅうり にんじん スイートコーン はくさい 根深ねぎ 日本なし	エネルギー: 403kcal タンパク: 19.8g 脂質: 18g	食塩相当量: 1.4g		

材料の都合により献立を変更する場合があります

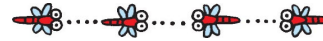




# 令和2年9月 献立表



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	カや体温のもとになる	体の調子を整える			
1	火	麦茶 玉子ポーロ	ぶりの照り焼き 小松菜和え オクラ汁 パナナ ご飯	ジョア せんべい	ぶり 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ	ポーロ でん粉 三温糖 なたね油 精白米 塩せんべい	こまつな にんじん えのきたけ オクラ たまねぎ パナナ	エネルギー: 487kcal たんぱく: 18.4g 脂質: 10.4g	食塩相当量: 1.4g	
2	水	麦茶 パナナ	ポークチャップ 和風ポテトサラダ なす汁 梨 ご飯	牛乳 揚げパン	ぶた中型種.かたロース 焼き竹輪 プロセスチーズ かつお節 豆みそ 普通牛乳 きな粉	なたね油 じゃがいも マヨネーズ 焼きふ 精白米 コッペパン 砂糖	バナナ たまねぎ にんにく きゅうり にんじん 塩昆布 スイートコーン なす 日本なし	エネルギー: 565kcal たんぱく: 19.9g 脂質: 20g	食塩相当量: 2.6g	
3	木	麦茶 せんべい	きんぴらごぼう 半月卵 きゃべつ汁 グレープフルーツ スパゲティ ご飯	牛乳 ビスコ	ぶた大型種.ロース 鶏卵. 全卵 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ チーズ 普通牛乳	塩せんべい ごま 三温糖 なたね油 しらたき ごま スパゲッティ バター 精白米 ビスケット	ごぼう にんじん 乾しいたけ キャベツ 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 528kcal たんぱく: 18g 脂質: 21.2g	食塩相当量: 1.6g	
4	金	麦茶 アスパラガス	いわしの味噌煮 かぼちゃサラダ わかめうどん ゴールデンキウイ ご飯	牛乳 スイートポテト	いわし 豆みそ ハム なたね油 鶏卵.全卵 かつお節 普通牛乳 生クリーム	塩せんべい 三温糖 マヨネーズ 干しうどん 精白米 さつまいも バター 砂糖	しょうが 日本かぼちゃ にんじん きゅうり スイートコーン 根深ねぎ わかめ キウイフルーツ	エネルギー: 506kcal たんぱく: 18.9g 脂質: 17.8g	食塩相当量: 3.1g	
5	土	麦茶 ビスケット	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) イタリアンスープ 牛乳 オレンジ	リンゴジュース せんべい	ベーコン 鶏卵.全卵 チーズ 普通牛乳	ビスケット コッペパン いちご (ジャム) ソフトタイプ マーガリン バター パン粉 塩せんべい	たまねぎ キャベツ にんじん パレンシアオレンジ	エネルギー: 462kcal たんぱく: 11.6g 脂質: 17.2g	食塩相当量: 1.6g	
6	日									
7	月	麦茶 せんべい	さつま芋シチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	ソファール(プレーン) クラッカー	成鶏.もも 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	塩せんべい じゃがいも さつまいも なたね油 三温糖 精白米 クラッカー	スイートコーン たまねぎ にんじん キウイフルーツ	エネルギー: 479kcal たんぱく: 17.6g 脂質: 13.2g	食塩相当量: 1.2g	
8	火	麦茶 動物ビスケット	花シュウマイ 三色和え なめこ汁 梨 ご飯	ヤクルト400 せんべい	ぶた. ひき肉 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ	ビスケット しゅうまいの皮 ごま油 でん粉 精白米 塩 せんべい	しょうが たまねぎ にんじん スイートコーン 大豆もやし ほうれんそう なめこ 根深ねぎ 日本なし	エネルギー: 457kcal たんぱく: 14.4g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 1.4g	
9	水	麦茶 ゴールデンキウイ	かつおフライ 切干大根 しめじ汁 オレンジ ご飯	牛乳 手作りラスク	かつお 鶏卵.全卵 さつま揚げ 油揚げ かつお節 絹ごし豆腐 豆みそ 普通牛乳	薄力粉 なたね油 パン粉 三温糖 精白米 食パン グラニュー糖 オリーブ油	キウイフルーツ しょうが 切 干しだいこん にんじん こまつな わかめ ぶなしめじ 根深ねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 575kcal たんぱく: 27g 脂質: 18.2g	食塩相当量: 2g	
10	木	麦茶 ビスコ	親子煮 塩昆布漬 味噌うどん グレープフルーツ ご飯	牛乳 若布おにぎり	若鶏.もも なたね油 鶏卵. 全卵 豆みそ ぶた. ひき肉 かつお節 普通牛乳	ビスケット 三温糖 干しうどん バター 精白米	たまねぎ にんじん 乾しいたけ さやいんげん キャベツ きゅうり 塩昆布 ぶなしめじ えのきたけ グレープフルーツ わかめ	エネルギー: 538kcal たんぱく: 18.2g 脂質: 16g	食塩相当量: 3.8g	
11	金	麦茶 ビスケット	手巻き寿司 照り焼きチキン 野菜生活 ぶどう	牛乳 ショートケーキ	鶏卵.全卵 まぐろ類缶詰 糸引き納豆 若鶏.もも 普通牛乳	ビスケット 精白米 マヨネーズ ショートケーキ	のり きゅうり スイートコーン しょうが にんにく ぶどう	エネルギー: 578kcal たんぱく: 20.9g 脂質: 23.8g	食塩相当量: 1.4g	誕生会
12	土	麦茶 玉子ポーロ	コッペパン スラッピージョー 牛乳 ツナコーンサラダ グレープフルーツ	プリン せんべい	ぶた. ひき肉 普通牛乳 まぐろ類缶詰	ポーロ コッペパン パン粉 三温糖 マヨネーズ 塩せんべい	たまねぎ 青ピーマン スイートコーン にんじん きゅうり グレープフルーツ	エネルギー: 466kcal たんぱく: 15.4g 脂質: 15.3g	食塩相当量: 1.7g	
13	日									
14	月	麦茶 アスパラガス	肉じゃが 厚焼き卵 若布汁 ゴールデンキウイ ご飯	飲むヨーグルト チーズ クラッカー	ぶた大型種.かた 鶏卵. 全卵 絹ごし豆腐 豆みそ かつお節 ヨーグルト 普通牛乳 プロセスチーズ	塩せんべい じゃがいも しらたき 三温糖 なたね油 精白米 乳酸菌飲料 クラッカー	にんじん たまねぎ さやいんげん わかめ キウイフルーツ	エネルギー: 544kcal たんぱく: 21.6g 脂質: 17.6g	食塩相当量: 2.3g	
15	火	麦茶 プリン	ヒレカツ キャベツ和え 小松菜汁 オレンジ ご飯	せんべい スポロン	ぶた大型種.ヒレ 鶏卵. 全卵 かつお節 豆みそ	薄力粉 パン粉 なたね油 焼きふ 精白米 塩せんべい	キャベツ にんじん スイートコーン こまつな たまねぎ パレンシアオレンジ	エネルギー: 479kcal たんぱく: 19.2g 脂質: 7.7g	食塩相当量: 1.7g	



令和2年9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	カや体温のもとになる	体の調子を整える			
16 水	麦茶 せんべい	カレイの煮付け まいたけ汁 梨 マセドアンサラダ ご飯	牛乳 ドッグパン	まがれい ハム 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳 ウインナー	塩せんべい 三温糖 さつまいも マヨネーズ 精白米 コッペパン	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 日本なし たまねぎ キャベツ	エネルギー: 453kcal たんぱく: 20.9g 脂質: 14.2g	2.2g	
17 木	麦茶 玉子ポーロ	五目納豆 さつまいものバター煮 なす汁 ぶどう ご飯	りんごゼリー せんべい	糸引き納豆 焼き竹輪 鶏卵 全卵 プロセスチーズ かつお節 豆みそ	ポーロ さつまいも バター 三温糖 焼きふ 精白米 塩せんべい	にんじん 根深ねぎ なす たまねぎ ぶどう	エネルギー: 429kcal たんぱく: 12.6g 脂質: 6.8g	1.3g	
18 金	麦茶 ビスコ	きのごカレー 小女子 牛乳 グレープフルーツ ご飯	ジョア せんべい	成鶏 むね いかご 普通牛乳	ビスケット じゃがいも 三温糖 ごま 精白米 塩せんべい	マッシュルーム ぶなしめじ たまねぎ にんじん グレープ フルーツ	エネルギー: 532kcal たんぱく: 20.3g 脂質: 13.9g	1.6g	
19 土	麦茶 りんごゼリー	チョコサンド グラタン 牛乳 オレンジ	ビスケット 野菜生活	ベーコン チーズ 普通牛乳	食パン ミルクチョコレート マカロニ 薄力粉 バター ビスケット	たまねぎ ぶなしめじ ス イートコーン バレンシアオ レンジ	エネルギー: 588kcal たんぱく: 15.1g 脂質: 24.2g	1g	
20 日									
21 月	敬老の日								
22 火	秋分の日								
23 水	麦茶 せんべい	筑前煮 ブロッコリーキッシュ えのき汁 ぶどう ご飯	牛乳 パンキンパン	若鶏 もも 鶏卵 全卵 ベーコン プロセスチーズ 豆みそ 削り節 普通牛乳	塩せんべい 三温糖 精白米 コッペパン	ごぼう たけのこ にんじん さ やいんげん 乾いたけ プ ロッコリー えのきたけ たまね ぎ 乾燥わかめ ぶどう 日本 かぼちゃ	エネルギー: 468kcal たんぱく: 19.9g 脂質: 13.4g	2.9g	
24 木	麦茶 動物ビスケット	鶏のから揚げ 青菜和え きゃべつ汁 りんご ご飯	牛乳 焼きそば	若鶏 もも かつお節 絹ごし豆腐 豆みそ 普通牛乳 ぶた大型種 かつ	ビスケット なたね油 薄力粉 でん粉 精白米 蒸し中華めん	しょうが にんにく ほうれん そう にんじん 大豆もやし スイートコーン キャベツ 根深ねぎ りんご	エネルギー: 584kcal たんぱく: 21.3g 脂質: 22.9g	1.5g	
25 金	麦茶 ビスケット	さわらのなたね焼き 切干大根の中華和え 栄養麩汁 梨 ご飯	オレンジジュース せんべい	さわら 鶏卵 全卵 焼き竹輪 かつお節 豆みそ	ビスケット マヨネーズ 薄力粉 ごま油 ごま 焼きふ 精白米 バレンシアオレンジ 塩せんべい	こまつな 切干しだいこん きゅうり たまねぎ 日本なし	エネルギー: 486kcal たんぱく: 15.3g 脂質: 14.1g	1.6g	
26 土	麦茶 ビスコ	ツナコーントースト とろりんスープ 牛乳 梨	バナナ	まぐろ類缶詰 プロセスチ ーズ 鶏卵 全卵 かに風味 かまぼこ 普通牛乳	ビスケット 食パン マヨネーズ でん粉	スイートコーン たまねぎ わかめ ぶなしめじ 日本なし バナナ	エネルギー: 458kcal たんぱく: 15g 脂質: 18.2g	1.4g	
27 日									
28 月	麦茶 せんべい	鶏肉のオレンジ煮 スパゲティサラダ むらくも汁 りんご ご飯	フルーツヨーグルト クラッカー	若鶏 もも まぐろ類缶詰 蒸しかまぼこ 鶏卵 全卵 木綿豆腐 かつお節 ヨー グルト	塩せんべい バター スパ ゲティ マヨネーズ じゃが いも 精白米 グラニュー糖 クラッカー	バレンシアオレンジ にんじ ん スイートコーン きゅうり 根深ねぎ りんご なつみか ん もも パナナ	エネルギー: 494kcal たんぱく: 17.2g 脂質: 16.5g	2.5g	
29 火	麦茶 玉子ポーロ	ミートローフ 春雨サラダ しめじ汁 オレンジ ご飯	牛乳 ビスケット	ぶた ひき肉 絹ごし豆腐 鶏卵 全卵 ハム 豆みそ かつお節 普通牛乳	ポーロ 黒砂糖 なたね油 緑豆はるさめ ドレッシング 精白米 ビスケット	たまねぎ きゅうり にんじ ん スイートコーン わかめ ぶなしめじ 根深ねぎ バレ ンシアオレンジ	エネルギー: 485kcal たんぱく: 17.1g 脂質: 18g	1.7g	
30 水	麦茶 アスパラガス	さばの味噌煮 マカロニサラダ 白菜汁 梨 ご飯	牛乳 ミルクリッチ	まさば 豆みそ ハム かつ お節 普通牛乳	塩せんべい 三温糖 マカ ロニ マヨネーズ 焼きふ 精白米 ミルクリッチ	しょうが きゅうり にんじん スイートコーン はくさい 根 深ねぎ 日本なし	エネルギー: 512kcal たんぱく: 21.8g 脂質: 18.3g	1.6g	

材料の都合により献立を変更する場合があります

