



ひ に ち	よ う び	しゅ し ょ く	お か ず	さんしよくぶんるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちかになる	ちょうしよとどのえる		
1	水	ごはん	ローストチキン ポテトサラダ カレースープ むぎぢゃ	とりにく ハム ウインナー	こめ さとう じゃ がいも マヨネーズ	にんじん きゅうり コーン たまねぎ パ セリ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	あずきケーキ ぎゅうにゅう
2	木	たけのこごはん	あかうおにつけ アスパラのごまあえ おすいもの オレンジ むぎぢゃ	とりにく あぶらあ げ あかうお	こめ さとう こま ぶ	にんじん たけのこ しょうが こまつな アスパラガス みつば	ビスケット ぎゅうにゅう	スイーツパンキン ぎゅうにゅう
7	火	キャベツとツナの スープパグティ	チキンとやさいのグリル パナナ ぎゅうにゅう	ツナ とりにく ぎゅうにゅう	スパゲティ サラダ あぶら オリーブオ イル	にんにく しめじ キャベツ かぼぢゃ たまねぎ ミニトマト	ウエハース ぎゅうにゅう	おかかおにぎり むぎぢゃ
8	水	なっとうごはん	スタミナやきにく きゅうりのちゅうかあえ チンゲンサイのたまごスープ むぎぢゃ	なっとう ぶたにく たまご	こめ サラダあぶら こま さとう	にんじん たまねぎ にら きゅうり チン ゲンサイ	ボンせん ぎゅうにゅう	キャロットゼリー ぎゅうにゅう
9	木	ごはん	にくじゃが はるキャベツとしらすのあえもの ものかんづめ むぎぢゃ	ぶたにく しらす かつおぶし	こめ じゃがいも しらす さとう	にんじん たまねぎ さやいんげん キャベ ツ もも	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	ちぢみ ぎゅうにゅう
10	金	しよくパン (ジャム)	さばのムニエル スナッフえんどうとベーコンのソテー ねぎボークスープ むぎゅうにゅう	さば ベーコン ぶ たにく ぎゅうにゅう	しよくパン こむぎ こ しょうが サラダ あぶら こま	コーン スナッフえん どう にんじん なが ねぎ	ビスケット ぎゅうにゅう	たこやきボテト むぎぢゃ
11	土	チャーハン	たことブロックリーのちゅうかサラダ(※1才児…たご除去) わかめスープ クレールフルーツ むぎぢゃ	たまご ハム なる と たご とうふ	こめ こま さとう	ながねぎ きゅうり ブロッコリー わかめ クレールフルーツ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	ゴーフレット (1才児…クリームサンド ビスケット) ぎゅうにゅう
13	月	ぶたにくともやし のあんかけそば	かたぬきチーズ だいごんのまめツナサラダ キウイフルーツ むぎゅうにゅう	ぶたにく ツナ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん サラ ダあぶら かたくり こ さとう	たまねぎ もやし パ プリカ にら にんじ ん だいごん	ビスケット ぎゅうにゅう	いなりずし むぎぢゃ
14	火	ごはん	チキンなんばん グリーンサラダ ポトフ パイナップルのかんづめ むぎぢゃ	とりにく たまご ハム ウインナー	こめ こむぎこ サ ラダあぶら さとう マヨネーズ	たまねぎ パセリ きゅうり アスパラガ ス キャベツ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	こめこのほうれんそうむしパン ぎゅうにゅう
15	水	バターロール	ポークチャップ ジャーマンポテト レタスとハムのスープ むぎゅうにゅう	ぶたにく ベーコン ハム むぎゅうにゅう	バターロール サラ ダあぶら バター こむぎこ	にんにく たまねぎ パセリ レタス	ボンせん ぎゅうにゅう	おからスコーン むぎぢゃ
16	木	ゆかりごはん	まつかぜやき きりぼしだいごんのふくめに とうふとみずなのわふうスープ パナナ むぎぢゃ	とりにく ぎゅう にゅう たまご み そ とうふ	こめ パンこ さと う こま	たまねぎ ながねぎ にんじん きりぼしだ いごん こまつな	ウエハース ぎゅうにゅう	パリパリピザ ぎゅうにゅう
17	金	にこみふううどん	しろみざかなのみそだれやき わかめのおかかあえ メロン むぎゅうにゅう	とりにく たまご みそ しろみざかな かつおぶし	うどん さとう こ ま	にんじん ながねぎ こまつな たまねぎ わかめ メロン	クラッカー ぎゅうにゅう	カレーおにぎり むぎぢゃ
18	土	ふりかけごはん	ぶたにくとピーマンのいためもの かぼぢゃのあまに とろろこんぶじる むぎぢゃ	ぶたにく とうふ かつおぶし	こめ ごまあぶら さとう	しょうが たまねぎ もやし ヒーマン か ぼぢゃ こんぶ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	コーンフレーク ぎゅうにゅう
20	月	メープルパン	とりにくのパーベキューソースやき ブロッコリーのマリネ エビーシースープ とうにゅう	とりにく ベーコン とうにゅう	サラダあぶら さと う オリーブオイル マカロニ	にんにく しょうが たまねぎ ブロッコ リー ミニトマト	ボンせん ぎゅうにゅう	ストロベリーミルクプリン むぎぢゃ
21	火	ごはん	さけのこうみソースがけ さっぱりみかんサラダ たまねぎとコーンのスープ むぎぢゃ	さけ ハム とりに く	こめ かたくりこ サラダあぶら さと う こま	ながねぎ きゅうり キャベツ みかん た まねぎ コーン	ビスケット ぎゅうにゅう	じゃがバター ぎゅうにゅう
22	水	ごはん	マーボーとうふ こまつなとじゃこのわふういため ものかんづめ むぎぢゃ	ぶたにく みそ とう ふ ちりめんじゃ こ	こめ サラダあぶら かたくりこ こま	にんじん たまねぎ ほししいたけ ながね ぎ にら えのきたけ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	きなごパンラスク ぎゅうにゅう
23	木	しおやきそば	あじつきござかな ほうれんそうのごまマヨあえ クレールフルーツ むぎゅうにゅう	ぶたにく ちくわ ぎゅうにゅう	サラダあぶら ちゅ うかめん こま マ ヨネーズ	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり ほうれんそう	ウエハース ぎゅうにゅう	コーンおにぎり むぎぢゃ
24	金	あぶたまどん	シュウマイ キャベツのあさづけ キウイフルーツ むぎぢゃ	あぶらあげ なる たまご ぶたにく	こめ さとう かた くりこ	ながねぎ こねぎ や きのり にんじん きゅうり キャベツ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	こめこのかぼぢゃクッキー ぎゅうにゅう
25	土	ごはん	しろみざかなのピカタ もやしサラダ ウインナーのコンソメスープ むぎぢゃ	かしき たまご ハ ム ウインナー	こめ こむぎこ こ ま さとう	パセリ にんじん きゅうり もやし た まねぎ キャベツ	クラッカー ぎゅうにゅう	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう
27	月	うめしらすごはん	とりにくとだいごんのにももの きゅうりのつけもの おすいもの むぎぢゃ	しらす とりにく あつあげ	こめ こま さとう	にんじん だいごん きゅうり わかめ な がねぎ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	フルーツボンヂ ぎゅうにゅう
28	火	ペペロンチーノ	とうふのマヨサラダ アスパラとひきにくのスープ メロン むぎゅうにゅう	ベーコン とうふ かつおぶし ぶたに く	オリーブオイル ス パゲティ マヨネーズ	にんにく まいたけ ほうれんそう にんじ ん きゅうり しめじ	ビスケット ぎゅうにゅう	ツナとこまつなのおにぎり むぎぢゃ
29	水	トマトポーク カレーライス	ばんさんすい レタススープ クレール ジュース	ぶたにく ハム た まご ベーコン	こめ じゃがいも ほるさめ さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ ミニトマト きゅうり レタス	ボンせん ぎゅうにゅう	オニオンチースト むぎぢゃ
30	木	ひじきごはん	さばのしおやき からうあえ みそしる オレンジ むぎぢゃ	あぶらあげ さば みそ とうふ	こめ ごまあぶら さとう	にんじん ひじき ち やし チンゲンサイ コーン なめこ	やわらかせんべい ぎゅうにゅう	こめこのさつまいもケーキ ぎゅうにゅう
31	金	バターロール	チキンステーキ エリンギとアスパラのソテー とうにゅうスープ むぎぢゃ	とりにく ベーコン ハム とうにゅう	バターロール サラ ダあぶら さとう バター	にんにく たまねぎ アスパラガス エリン ギ コーン にんじん	ウエハース ぎゅうにゅう	パナナ ぎゅうにゅう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

- ☆10時おやつは1才児のみ提供します
- ☆2才児には午前中に牛乳を提供します
- ☆延長保育用おやつは別途あります

今月の平均栄養摂取量(給食)

	乳児	幼児
エネルギー	436 kcal	484 kcal
たんぱく質	14.6 g	16.2 g

誕生会
29日(水)
おたんじょうび
おめでとう

