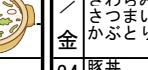


日 曜	献立名	材料名			おやつ	日 曜	献立名	材料名			おやつ			
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
5 月 月	かぼちゃのカレーライス かぶとえのきの味噌汁 キャベツのラペ	精白米/自然塩/塩こ うじ/ごめしようゆ/ かたくり粉/あわみそ/ こめみそ/甜菜糖/ なたね油/塩せんべい	豚ばら(脂身付)/大豆 うじ/ごめしようゆ/ 煮干し/削り節/寒天	かぼちゃ/玉葱/人参/ しょうが/ケチャップ/トマト ピューレ/人參ジユース/か ぶ/えのきだけ/キャベツ/ プロッコリースプラウト/み かんジユース/みかん年	みかんの寒天ゼリー 塩せんべい	21 水	きびごはん 里芋と白菜の味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き プロッコリーナマル	水稻穀粒(精白米)/さ ぶ/大豆(国産,ゆで)/ 豚モモ(脂肪なし)/豆 乳マーガリン/米粉/ ベーキングパウダー	かすり/玉葱/人参/ねぎ/ さつき/玉葱/トマトピュー レ/ケチャップ/コーン缶/ ごまつな/ピュアココア/ れんこん	水稻穀粒(精白米)/さ といも/ごめみそ/こ めしようゆ/甜菜糖/ なたね油/塩せんべい	みかんの寒天ゼリー 塩せんべい	おやつ		
6 火 火	ひえごはん ゆかりふりかけ 春雨スープ ポークピーンズ 小松菜のソテー	精白米/自然塩/純は るさめ/じゅがいも/ なたね油/甜菜糖/豆 乳マーガリン/米粉/ ベーキングパウダー	削り節/煮干し/こん ぶ/大豆(国産,ゆで)/ 豚モモ(脂肪なし)/豆 乳しようゆ/豆乳	ゆかり/人参/ねぎ/ さつき/玉葱/トマトピュー レ/ケチャップ/コーン缶/ ごまつな/ピュアココア/ れんこん	ココアの米粉蒸しパン れんこんチップ	22 木	ごはん 大根と玉ねぎ味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き ごぼう人参炒め煮 白菜青菜おかかえ	煮干し/削り節/しろ さけ/大豆しようゆ	あさつき/はくさい/キ ャベツ/玉葱/にんじん/ プロッコリー/かぶ(葉)/こ まつな/七草	水稻穀粒(精白米)/こ めみそ/こめしようゆ/ 米油/甜菜糖/なた ね油/米粉/塩こうじ/ 自然塩	水稻穀粒(精白米)/さ といも/ごめみそ/こ めしようゆ/甜菜糖/ なたね油/米粉/塩こうじ/ 自然塩	削り節/煮干し/鶏若 鶏肉モモ(皮なし)/米 大豆みそ/大豆しよう ゆ/まぐろ缶詰(水煮)レ ーケタイト	だいこん/玉葱/チンゲン ツアイ/マーマレード(低糖 度)/ごぼう/にんじん/は くさい/にら/温州柑柑(普 通,生)	にらと人参チミ 果物(みかん)
7 水 水	きびごはん 里芋と白菜の味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き プロッコリーナマル	水稻穀粒(精白米)/さ といも/こめみそ/こ めしようゆ/甜菜糖/ なたね油/自然塩/さ つまいも	煮干し/削り節/しろ さけ/大豆しようゆ	あさつき/はくさい/キ ャベツ/玉葱/にんじん/ プロッコリー/かぶ(葉)/こ まつな/七草	七草がゆ さつまいもチップ 	23 金	わかめごはん 大根とキャベツの和風汁 人参の和風汁	かわめごはん 大根/玉ねぎ味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き ごぼう人参炒め煮 白菜青菜おかかえ	水稻穀粒(精白米)/さ といも/ごめみそ/こ めしようゆ/甜菜糖/ なたね油/米粉/豆乳 マーガリン	水稻穀粒(精白米)/自 然塩/こめしようゆ/ ごめみそ/甜菜糖/さ つまいも/米粉/豆乳 マーガリン	カットわかめ/大豆 自然塩/こめしようゆ/ ごめみそ/甜菜糖/さ つまいも/豆/豆乳 マーガリン	キヤベツ/にんじん/こま つな/ねぎ/かぶ/りんご	米粉のクッキー いりこ	
8 木 木	ごはん 大根と玉ねぎ味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き ごぼう人参炒め煮 白菜青菜おかかえ	水稻穀粒(精白米)/こ めみそ/こめしようゆ/ 米油/甜菜糖/なた ね油/パン酵母(乾燥)	削り節/煮干し/鶏若 鶏肉モモ(皮なし)/米 大豆みそ/大豆しよう ゆ/まぐろ缶詰(水煮)レ ーケタイト	大根/玉葱/チンゲン菜/ マーマレード/ごぼう/人 参/白菜/サイリウム/ コーン缶/ケチャップ/み かん	米粉ピザ 果物(みかん)	24 土	豚丼 じゃが芋と野菜の味噌汁 チンゲン菜の梅和え	ねぎ/かぶ(葉)/かぶ/ しょうが/ゆず(果汁,生) れんこん/だいこん/ んじん/りんご/西洋かぼ ちゃ	水稻穀粒(精白米)/な たね油/こめしようゆ/ 甜菜糖/かたくり粉/ じゃがいも/自然塩	豚モモ(脂身付き)/大 豆しようゆ/煮干し/ 削り節/米大豆みそ/ まぐろ缶詰(水煮)フレ ーケタイト	玉葱/あさつき/にんじん /えのきだけ/チンゲン ツアイ/梅びしお	ツナそぼろのおにぎり にんじんチップ		
9 金 金	わかめごはん 豆腐と青菜のおすまし ぶりの幽庵焼き 黒豆煮 紅白なます さつま芋りんごきんとん	水稻穀粒(精白米)/自 然塩/こめしようゆ/ 甜菜糖/さつまいも/ 米粉/豆乳マーガリン/ えごま(乾)	カットわかめ/絹ごし 豆腐/削り節/ぶり 大豆しようゆ/くろま め/かたくちいわし	玉葱/かぶ(葉)/かぶ/ しょうが/ゆず(果汁,生) れんこん/だいこん/ んじん/りんご/西洋かぼ ちゃ	鏡もち風クッキー 田作り 	25 月	葉飯 ジュリエンヌスープ 豚肉ときのこのグラタン 人参ラペ	ねぎ/かぶ(葉)/かぶ/ しょうが/ゆず(果汁,生) れんこん/だいこん/ んじん/りんご/西洋かぼ ちゃ	精白米/自然塩/な たね油/じゅがいも/豆 乳マーマリン/こめこ ばんこ/甜菜糖/塩こ うじ/さつまいも	煮干し/削り節/鶏若 鶏肉モモ(皮なし)/豆 乳/こんぶ	こまつな/キヤベツ/だい こん/にんじん/玉葱/ぶ なしめじ/プロッコリー/ プロッコリースプラウト	スイートポテト カリカリ昆布		
10 土 土	豚丼 じゃが芋と野菜の味噌汁 チンゲン菜の梅和え	水稻穀粒(精白米)/な たね油/こめしようゆ/ 甜菜糖/かたくり粉/ じゃがいも/自然塩	玉葱/あさつき/にんじん /えのきだけ/チンゲン ツアイ/梅びしお	豚モモ(脂身付き)/大 豆しようゆ/煮干し/ 削り節/米大豆みそ/ まぐろ缶詰(水煮)フレ ーケタイト	ツナそぼろのおにぎり にんじんチップ	26 火	ひえごはん 豚汁 ムキカレイの照り焼き 里芋の含め煮 キヤベツのりあえ	ツナそぼろのおにぎり にんじんチップ	水稻穀粒(精白米)/こ めみそ/こめしようゆ/ 甜菜糖/さといも/え ごま(乾)	豚ばら/米大豆みそ/ 煮干し/削り節/まが れい/大豆しようゆ/ きざみのり/あずき(ゆ で)/寒天	水稻穀粒(精白米)/こ めみそ/こめしようゆ/ 甜菜糖/さといも/え ごま(乾)	にんじん/だいこん/あ さつき/ごぼう/しょうが/ キヤベツ	えごまの五平餅 ようかん	
13 火 火	ひえごはん 豚汁 ムキカレイの照り焼き 里芋の含め煮 キヤベツのりあえ	水稻穀粒(精白米)/こ めみそ/こめしようゆ/ 甜菜糖/さといも/え ごま(乾)	豚ばら/米大豆みそ/ 煮干し/削り節/まが れい/大豆しようゆ/ きざみのり/あずき(ゆ で)/寒天	にんじん/だいこん/あ さつき/ごぼう/しょうが/ キヤベツ	えごまの五平餅 ようかん	27 月	ひえごはん 豚汁 ムキカレイの照り焼き 里芋の含め煮 キヤベツのりあえ	玉葱/豚汁 ムキカレイの照り焼き 里芋の含め煮 キヤベツのりあえ	精白米/自然塩/な たね油/じゅがいも/豆 乳マーマリン/こめこ ばんこ/甜菜糖/塩こ うじ/さつまいも	豚ばら/米大豆みそ/ 煮干し/削り節/まが れい/大豆しようゆ/ きざみのり/あずき(ゆ で)/寒天	ツナそぼろのおにぎり にんじんチップ			
14 水 水	きびごはん わかめと豆腐のスープ ブルコギ かぼちゃ塩煮 春雨サラダ	精白米/自然塩/こ めしようゆ/なたね油/ はるさめ/甜菜糖/ 米粉/ベーキングパ ウダー/米油	カットわかめ/絹ごし 豆腐/煮干し/削り節/ 豚モモ(脂肪なし)/ 大豆しようゆ/あおの り/豆乳	ねぎ/玉葱/にんじん/ にら/にんにく/じゅう が/西洋かぼちゃ/きゅう り/プロッコリー	米粉のキャロットケーキ プロッコリーロースト	28 水	きびごはん わかめと豆腐のスープ ブルコギ かぼちゃ塩煮 春雨サラダ	ねぎ/玉葱/にんじん/ にら/にんにく/じゅう が/西洋かぼちゃ/きゅう り/プロッコリー	精白米/自然塩/こ めしようゆ/なたね油/ はるさめ/甜菜糖/米 粉/ベーキングパウ ダー/米油	カットわかめ/絹ごし 豆腐/煮干し/削り節/ 豚モモ(脂肪なし)/ 大豆しようゆ/あおの り/豆乳	ねぎ/玉葱/にんじん/ にら/ににく/じゅう が/ブルコギ	米粉のキャロットケーキ ブルコギ		
15 木 木	ごはん えのき佃煮 切干し大根と人参の味噌汁 メカジキ童盲揚げ焼き じゅがいも青海苔あえ ほうれん草お浸し	精白米/こめしようゆ/ 甜菜糖/こめみそ/ 栗粉/米油/じゅがいも/ 自然塩/イースト/ 米油/さつまいも	大豆しようゆ/煮干し/ 削り節/めかじき/ あおのり	えのきだけ/切干し大 根/じゅがいも/青海苔/ ほうれん草/イースト/ 米油/さつまいも	やきいもパン 果物(りんご)	29 木	きんこ飯 切干し大根と人参の味噌汁 めかじきバーベキュー じゅがいも芋揚げやき ほうれん草なめたけ和え	えのきだけ/切干し大 根/じゅがいも/青海苔/ ほうれん草/イースト/ 米油/さつまいも	精白米/自然塩/こ めしようゆ/なたね油/ はるさめ/甜菜糖/米 粉/ベーキングパウ ダー/米油	煮干し/削り節/めか じき/大豆しようゆ	コーン缶/切干し大根/ じゅがいも/青海苔/ めかじきバーベキュー ほうれん草なめたけ和え	米粉のイーストドーナツ 果物(いちご)		
30 金 金	納豆そぼろ丼 キヤベツねぎ味噌汁 れんこんサラダ	水稻穀粒(精白米)/こ めしようゆ/こめみそ/ 甜菜糖/なたね油/ 豆乳マヨネーズ/塩こ うじ	鶏ひき肉/挽きわり納 豆/大豆しようゆ/煮 干し/削り節/まぐろ 缶詰(水煮)フレ ーケタイト	玉葱/人参/ビーマン/ いたけ/キャベツ/大根/ ねぎ/蓮根/プロッコリー/ ケチャップ/トマト ピューレ	ツナトマトきびめん	31 金	鯛とねぎチャーハン 玉葱と青菜の味噌汁 じゅがいも甘辛煮 チンゲン菜塩こうじ和え	玉葱/人参/ビーマン/ いたけ/キャベツ/大根/ ねぎ/蓮根/プロッコリー/ ケチャップ/トマト ピューレ	水稻穀粒(精白米)/こ めしようゆ/こめみそ/ 甜菜糖/なたね油/ 豆乳マヨネーズ/塩こ うじ	鶏ひき肉/挽きわり納 豆/大豆しようゆ/煮 干し/削り節/まぐろ 缶詰(水煮)フレ ーケタイト	玉葱/人参/ビーマン/ いたけ/キャベツ/大根/ ねぎ/れんこん/プロッコ リー/ケチャップ/トマト ピューレ	ツナトマトきびめん		
31 土 土	鮭とねぎチャーハン 玉葱と青菜の味噌汁 じゅがいも甘辛煮 チンゲン菜塩こうじ和え	水稻穀粒(精白米)/自 然塩/なたね油/こめ みそ/じゅがいも/甜 菜糖/こめしようゆ/ 塩こうじ	しろさけ/大豆しよう ゆ/煮干し/削り節	あさつき/玉葱/にんじん/ チンゲンツアイ/だいこ ん/梅びしお	しろさけ/大豆しよう ゆ/煮干し/削り節	32 月	月 平 均 栄 養 価	エネルギー 脂質 蛋白質	512 kcal 11.0 g 11.0 g	タンパク質 合計相当量	23 / σ 1.5 σ			
32 月 月	チキンカレーライス かぶとえのきの味噌汁 キャベツのラペ	精白米/じゅがいも/ 自然塩/塩こうじ/こ めしようゆ/片栗粉/ こめみそ/甜菜糖/ 米油/米粉	鶏若鶏肉モモ(皮付 き)/大豆しようゆ/煮 干し/削り節/こんぶ	玉葱/人参/生姜/にんにく/ ケチャップ/トマトピュー レ/人參ジユース/かぶ/え のきだけ/キャベツ/プロ ロッコリースプラウト/か ぼちゃ	かぼちゃのスコーン カミカミ昆布	※食材の仕入れにより、献立を変更することがあります。 ※乳児の給食量は幼児の80%、おやつは量は同量です。 ※乳児の食べにくい食材は、食べやすいように調理します。	★1/7 七草がゆ	★1/9 新春のつどいメニュー						
33 金 金	ひえごはん ゆかりふりかけ 春雨スープ 豆腐のミートグラタン 小松菜のソテー	精白米/自然塩/はるさ め/米油/米しようゆ/ 甜菜糖/豆乳マヨネーズ/ 豆乳マーガリン/米粉/ ベーキングパウダー	削り節/煮干し/こん ぶ/豚ひき肉/絹ごし 豆腐/大豆しようゆ/ 豆乳	ゆかり/人参/ねぎ/ さつき/玉葱/ケチャップ/ トマトピューレ/コーン缶/ ごまつな/ピュアココア/ 蓮根	ココアの米粉蒸しパン れんこんチップ	★1/29 誕生日メニュー								