

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日								
				1	2	3								
朝食	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1か月の平均栄養量</td> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td></td> <td>582kcal</td> <td>23.4g</td> <td>18.6g</td> </tr> </table>			1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質		582kcal	23.4g	18.6g	中華丼、スープ、バナナ	ごはん、鶏肉の煮もの、 鳴門煮、みそ汁	ごはん、牛肉と大根煮、 みそ汁、りんご
1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質											
	582kcal	23.4g	18.6g											
間食				しほりクッキー、 牛乳	ココアオムレット、 牛乳	菓子、牛乳 小魚 (3~5歳児)								
	5	6	7	8	9	10								
朝食	ごはん、赤魚の煮付け、 ほうれん草のごま和え、 みそ汁	みそうどん、五目煮、 バナナ	ごはん、鶏肉の カレー風味照り焼き、 ジャーマンポテト、 みそ汁	キャロットロール、 マカロニのコンソメ スープ、ツナサラダ、 いちご	ゆかりごはん、 ホキのマヨネーズ焼き、 春雨の酢の物、みそ汁	鶏と豆腐のそぼろ丼、 みそ汁、せとか								
間食	ジャムサンド、 牛乳	鮭わかめおにぎり、 牛乳	かぼちゃのフラン、 牛乳	きなこドーナツ、 牛乳	じゃが丸焼き、 牛乳	シリアル、 牛乳								
	12	13	14	15	16	17								
朝食	ごはん、メルルーサの ごまみそ焼き、煮浸し、 すまし汁	かやくうどん、 高野豆腐の卵とじ、 いちご	ロールパン、ウインナーの 豆乳スープ、 さつまいもサラダ、 清見オレンジ	豚丼、かぼちゃ煮、 みそ汁	たけのごはん、 鮭の塩焼き、 切干大根とひじき煮、 みそ汁	ごはん、マーボー春雨、 スープ、バナナ								
間食	フランクフルト、 牛乳	マドレーヌ、 牛乳	もち麦おにぎり、 牛乳	チョコチップクッキー、 牛乳	ラスク、 牛乳	じゃがバター、 牛乳								
	19	20	21	22	23	24								
朝食	ごはん、 鮭のチャンチャン焼き、 おかか和え、すまし汁	ちゃんぽん麺、 もやしとにらの和え物、 パイン	カレーライス、 ヨーグルト、スープ	ごはん、 赤魚の照り焼き、 さつまいも煮、みそ汁	キャロットロール、 ほうれん草とチーズの ハンバーグ、切干大根の ソテー、スープ	ごはん、 豚肉の生姜炒め、 みそ汁、清見オレンジ								
間食	きなこボールクッキー、 牛乳	五色のおむすび、 牛乳	ツナサンド、 牛乳	黒糖蒸しケーキ、 牛乳	フライドポテト、 牛乳	クラッカーミルク クリームサンド、牛乳								
	26	27	28	29	30									
朝食	ごはん、 さばのみそ煮、 小松菜とえのきの和え物、 すまし汁	親子丼、そうめん汁、 いちご	ロールパン、 春野菜のポトフ、 和風マカロニサラダ、 パイン	昭和の日		ミートスパゲティ、 スープ、バナナ								
間食	グラノーラのせケーキ、 牛乳	お好み焼き、 牛乳	梅おかかおにぎり、 牛乳			あんクリームサンド、 牛乳								

\*エネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。

\*26日の2歳児の魚はメルルーサ、3~5歳児はさばです。

\*朝食、間食は都合により、変更になる場合があります。



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3
昼食				中華丼、スープ、バナナ	ごはん、鶏肉の煮もの、鳴門煮、みそ汁	ごはん、牛肉と大根煮、みそ汁、りんご
間食				しぼりクッキー、牛乳	ココアオムレット、牛乳	菓子、牛乳
	5	6	7	8	9	10
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、ほうれん草のごま和え、みそ汁	みそうどん、五目煮、バナナ	ごはん、鶏肉の煮物、ジャーマンポテト、みそ汁	キャロットロール、マカロニのコンソメスープ、ツナサラダ、いちご	ゆかりごはん、ホキのマヨネーズ焼き、春雨の酢の物、みそ汁	鶏と豆腐のそぼろ丼、みそ汁、せとか
間食	ジャムサンド、牛乳	鮭わかめおにぎり、牛乳	かぼちゃのフラン、牛乳	きなこドーナツ、牛乳	じゃが丸焼き、牛乳	シリアル、牛乳
	12	13	14	15	16	17
昼食	ごはん、メルルーサのごまみそ焼き、煮浸し、すまし汁	かやくうどん、高野豆腐の卵とじ、いちご	ロールパン、ウインナーの豆乳スープ、さつまいもサラダ、清見オレンジ	豚丼、かぼちゃ煮、みそ汁	たけのこごはん、鮭の塩焼き、切干大根とひじき煮、みそ汁	ごはん、マーボー春雨、スープ、バナナ
間食	フランクフルト、牛乳	マドレーヌ、牛乳	もち麦おにぎり、牛乳	クッキー、牛乳	シュガートースト、牛乳	じゃがバター、牛乳
	19	20	21	22	23	24
昼食	ごはん、鮭のチャンチャン焼き、おかか和え、すまし汁	ちゃんぽん麺、もやしとにらの和え物、パイン	ハヤシライス、ヨーグルト、スープ	ごはん、赤魚の照り焼き、さつまいも煮、みそ汁	キャロットロール、ほうれん草とチーズのハンバーグ、切干大根の炒め煮、スープ	ごはん、豚肉の生姜炒め煮、みそ汁、清見オレンジ
間食	きなこボールクッキー、牛乳	五色のおむすび、牛乳	ツナサンド、牛乳	黒糖蒸しケーキ、牛乳	フライドポテト、牛乳	クラッカーミルククリームサンド、牛乳
	26	27	28	29	30	
昼食	ごはん、メルルーサのみそ煮、小松菜とえのきの和え物、すまし汁	親子丼、そうめん汁、いちご	ロールパン、春野菜のポトフ、和風マカロニサラダ、パイン	昭和の日		
間食	ケーキ、牛乳	お好み焼き、牛乳	のりおにぎり、牛乳			

\*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。

\*0歳児の離乳食(5、6ヶ月頃・7、8ヶ月頃・9~11ヶ月頃)は別に作成しています。

\*10日のさくらんぼぐみのおやつは菓子です。

