



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日								
			1	2	3	4								
昼食			ミートスパゲティ、スープ、柿	かやくごはん、鮭の塩焼き、切干大根煮、みそ汁	キャロットロール、ベーコンと白菜の豆乳スープ、キャベツの和風サラダ、みかん	ごはん、牛肉のちゃんちゃん焼き、スープ、りんご								
間食			牛乳、フランクフルト	牛乳、あんクッキー	お茶、梅おかかおにぎり	牛乳、菓子								
	6	7	8	9	10	11								
昼食	ごはん、ホキのトマトチーズ焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁	みそうどん、さつまいも煮、オレンジ	カレーライス、わかめスープ、ヨーグルト	ごはん、赤魚の煮付け、けんちん汁、バナナ	ロールパン、ひじきたっぷり鶏肉のハンバーグ、キャベツとコーンのマヨサラダ、スープ	そばろあんかけ丼、みそ汁、みかん								
間食	牛乳、ドーナツ	牛乳、じゃこトースト	牛乳、マーブル蒸しケーキ	牛乳、黒糖マドレーヌ	牛乳、五色のおむすび	牛乳、クラッカー黒豆きな粉サンド								
	13	14	15	16	17	18								
昼食	大根ごはん、さばの塩焼き、煮浸し、みそ汁	ちゃんぽん麺、もやしとらの和え物、りんご	牛すき丼、みそ汁、パイナップル	ごはん、さわらのみそ焼き、五目豆、すまし汁	ミルクツイスト、鶏のからあげ、ツリー型ポテトサラダ、ジュリエヌスープ	ごはん、マーボー春雨、スープ、バナナ								
間食	牛乳、かぼちゃのフラン	牛乳、フライドポテト コンソメ味	牛乳、さつまいもクッキー	牛乳、シュガーパン	牛乳、デコレーションケーキ	牛乳、じゃがバター								
	20	21	22	23	24	25								
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、高野豆腐の卵とじ、みそ汁	肉うどん、小松菜とえのきの和え物、バナナ	ごはん、鶏肉のみそ風味焼き、かぼちゃとベーコンの煮物、すまし汁	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、じゃがいものそばろ煮、みそ汁	キャロットロール、カレースープ、春雨サラダ、みかん	チャーハン、スープ、パイナップル								
間食	牛乳、塩バターミルクサンド	牛乳、しぼりクッキー	牛乳、みかんケーキ	牛乳、ごまラスク	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、菓子、小魚								
	27	28	29	<p>*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。                      *昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。                      ※みかんぐみ※                      3日のお茶は牛乳になります。</p> 										
昼食	中華丼、スープ、バナナ	ごはん、さつまいもの肉じゃが風、みそ汁、みかん	冬野菜ハヤシ、スープ、りんご											
間食	牛乳、シリアル	牛乳、バターポップコーン	牛乳、菓子	<table border="1"> <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>552kcal</td> <td>22.2g</td> <td>19.6g</td> </tr> </table>			1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質		552kcal	22.2g	19.6g
1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質											
	552kcal	22.2g	19.6g											

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食			ミートスパゲティ、スープ、バナナ	かやくごはん、鮭の塩焼き、切干大根煮、みそ汁	キャロットロール、ベーコンと白菜の豆乳スープ、キャベツの和風サラダ、みかん	ごはん、牛肉のちゃんちゃん焼き、スープ、りんご
間食			牛乳、ソーセージ	牛乳、あんクッキー	牛乳、梅おかかおにぎり	牛乳、菓子
	6	7	8	9	10	11
昼食	ごはん、ホキのトマトチーズ焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁	みそうどん、さつまいも煮、オレンジ	ハヤシライス、わかめスープ、ヨーグルト	ごはん、赤魚の煮付け、けんちん汁、バナナ	ロールパン、ひじきたっぷり鶏肉のハンバーグ、キャベツとコーンのマヨサラダ、スープ	そばろあんかけ丼、みそ汁、みかん
間食	牛乳、ドーナツ	牛乳、じゃこトースト	牛乳、マーブル蒸しケーキ	牛乳、黒糖マドレーヌ	牛乳、五色のおむすび	牛乳、クラッカー黒豆きな粉サンド
	13	14	15	16	17	18
昼食	大根ごはん、鮭の塩焼き、煮浸し、みそ汁	ちゃんぽん麺、もやしとらの和え物、りんご	牛すき丼、みそ汁、パイナップル	ごはん、さわらのみそ焼き、五目煮、すまし汁	ミルクツイスト、鶏のからあげ、ツリー型ポテトサラダ、ジュリエヌスープ	ごはん、マーボー春雨、スープ、バナナ
間食	牛乳、かぼちゃのフラン	牛乳、フライドポテトコンソメ味	牛乳、さつまいもクッキー	牛乳、シュガーパン	牛乳、デコレーションケーキ	牛乳、じゃがバター
	20	21	22	23	24	25
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、高野豆腐の卵とじ、みそ汁	肉うどん、小松菜とえのきの和え物、バナナ	ごはん、鶏肉のみそ風味煮、かぼちゃとベーコンの煮物、すまし汁	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、じゃがいものそばろ煮、みそ汁	キャロットロール、野菜スープ、春雨サラダ、みかん	チャーハン、スープ、パイナップル
間食	牛乳、塩バターミルクサンド	牛乳、しぼりクッキー	牛乳、みかんケーキ	牛乳、ごまラスク	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、菓子
	27	28	29	*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(9~11ヶ月頃)は別に作成しています。  ※さくらんぼぐみ※ 27日・28日のおやつは菓子になります。  		
昼食	中華丼、スープ、バナナ	ごはん、さつまいもの肉じゃが風、みそ汁、みかん	冬野菜ハヤシ、スープ、りんご			
間食	牛乳、シリアル	牛乳、バターポップコーン	牛乳、菓子			