

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日											
	3		4		5		6		7		8											
昼食	休園日		休園日		そばろあんかけ丼、みそ汁、バナナ		水菜とツナの和風スパゲティ、スープ、みかん		ごはん、鮭の塩焼き、七福煮なます、七草入りおすまし		ごはん、豚バラ大根、みそ汁、りんご											
間食					牛乳、チョコベリークリームサンド		牛乳、こんぶおにぎり		牛乳、スノーボールクッキー		牛乳、菓子、小魚											
	10		11		12		13		14		15											
昼食	成人の日		ごはん、赤魚の照り焼き、鳴門煮、みそ汁		ごはん、煮しめ、紅白なます、すまし汁		カレーうどん、もやしと豆苗の和え物、みかん		ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、煮浸し、みそ汁		ごはん、肉豆腐、みそ汁、バナナ											
間食			牛乳、ツナマヨトースト		牛乳、いもきんとん		牛乳、鮭おにぎり		牛乳、磯風味ポテト		牛乳、クラッカー白あんサンド											
	17		18		19		20		21		22											
昼食	ごはん、さわらのおろし煮、白菜とえのきの和え物、みそ汁		豚丼、みそ汁、りんご		ロールパン、ほうれん草とチーズのハンバーグ、春雨サラダ、スープ		しょうゆラーメン、チンゲン菜のナムル、バナナ		ごはん、鮭のみそ焼き、ブロッコリーとワカメの酢の物、すまし汁		ごはん、鶏じゃが、みそ汁、みかん											
間食	牛乳、ざくざくクッキー		牛乳、ココアマドレーヌ		牛乳、五色のおむすび		牛乳、ドーナツ		牛乳、黒糖ココロラスク		牛乳、菓子											
	24		25		26		27		28		29											
昼食	ごはん、ホキのタルタル焼き、五色煮、すまし汁		カレーライス、スープ、ヨーグルト		キャロットロール、鮭のミルクスープ、ココロサラダ、りんご		あんかけうどん、ひじきと高野豆腐の煮物、パイナップル		ごはん、鶏肉の塩焼き、ジャーマンポテト、みそ汁		マーボーなす丼、スープ、バナナ											
間食	牛乳、フランクフルト		牛乳、みかんケーキ		お茶、おかかおにぎり		牛乳、ごまクッキー		牛乳、あんクリームサンド		牛乳、さつまいものバター焼き											
	31	<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※ 26日のお茶は牛乳になります。</p>																				
昼食	ごはん、さばの塩焼き、春雨の炒めもの、みそ汁																					
間食	牛乳、チーズ蒸しケーキ																					
			<table border="1"> <tr> <th>1か月の平均栄養量</th> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> </tr> <tr> <td></td> <td>552kcal</td> <td>22.8g</td> <td>18.7g</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	22.8g	18.7g									
1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質																			
	552kcal	22.8g	18.7g																			

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	3		4		5		6		7		8	
昼食	休園日		休園日		そばろあんかけ丼、みそ汁、バナナ		水菜とツナの和風スパゲティ、スープ、みかん		ごはん、鮭の塩焼き、七福煮なます、七草入りおすまし		ごはん、豚バラ大根、みそ汁、りんご	
間食					牛乳、ベリークリームサンド		牛乳、のりおにぎり		牛乳、スノーボールクッキー		牛乳、菓子	
10		11		12		13		14		15		
昼食	成人の日		ごはん、赤魚の照り焼き、鳴門煮、みそ汁		ごはん、煮しめ、紅白なます、すまし汁		肉うどん、もやしと豆苗の和え物、みかん		ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、煮浸し、みそ汁		ごはん、肉豆腐、みそ汁、バナナ	
間食			牛乳、ツナマヨトースト		牛乳、いもきんとん		牛乳、鮭おにぎり		牛乳、磯風味ポテト		牛乳、クラッカー白あんサンド	
17		18		19		20		21		22		
昼食	ごはん、すすきのおろし煮、白菜とえのきの和え物、みそ汁		豚丼、みそ汁、りんご		ロールパン、ほうれん草とチーズのハンバーグ、春雨サラダ、スープ		しょうゆラーメン、チンゲン菜のナムル、バナナ		ごはん、鮭のみそ焼き、ブロッコリーとワカメの酢の物、すまし汁		ごはん、鶏じゃが、みそ汁、みかん	
間食	牛乳、クッキー		牛乳、ココアマドレーヌ		牛乳、五色のおむすび		牛乳、ドーナツ		牛乳、黒糖トースト		牛乳、菓子	
24		25		26		27		28		29		
昼食	ごはん、ホキのタルタル焼き、五色煮、すまし汁		ハヤシライス、スープ、ヨーグルト		キャロットロール、鮭のミルクスープ、ココロサラダ、りんご		あんかけうどん、ひじきと高野豆腐の煮物、パイナップル		ごはん、鶏肉の塩煮、ジャーマンポテト、みそ汁		マーボーなす丼、スープ、バナナ	
間食	牛乳、ソーセージ		牛乳、みかんケーキ		牛乳、おかかおにぎり		牛乳、ごまクッキー		牛乳、あんクリームサンド		牛乳、さつまいものバター焼き	
31			*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。									
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、春雨の炒めもの、みそ汁											
間食	牛乳、チーズ蒸しケーキ		 									