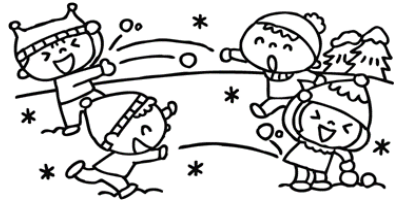




	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日								
			1	2	3	4								
昼食			かやくうどん、キャベツのおかか和え、ぼんかん	ごはん、赤魚の煮付け、チンゲン菜のナムル、すまし汁	巻き寿司・焼きうるめ、大根とひき肉のあんかけ、みそ汁	ごはん、豚じゃが、すまし汁、みかん								
午後	牛乳、白あんクリームサンド		牛乳、フライドポテト	牛乳、鬼のこん棒クッキー	牛乳、クラッカージャムサンド									
	6	7	8	9	10	11								
昼食	ごはん、さばの塩焼き、煮浸し、みそ汁	ハヤシライス、スープ、りんご	ロールパン、冬野菜のポトフ、和風マカロニサラダ、みかん	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、春雨の炒めもの、すまし汁	ちゃんぽん麺、白菜とえのきの和え物、バナナ	勤労感謝の日								
午後	牛乳、チーズクッキー	牛乳、お好み焼き	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、ラスク	牛乳、フランクフルト									
	13	14	15	16	17	18								
昼食	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、きゅうりとワカメの酢の物、みそ汁	キャロットロール、野菜ハンバーグ、大根サラダ、スープ	肉うどん、もやしとにらの和え物、みかん	ごはん、鮭の照り焼き、高野豆腐の卵とし、みそ汁	ごはん、鶏肉のみそ風味焼き、小松菜のじゃこ和え、すまし汁	ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、ぼんかん								
午後	牛乳、サブレ	牛乳、チョコチップケーキ	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、マヨチーズパン	牛乳、じゃがいものボンデケーショ	牛乳、シリアル								
	20	21	22	23	24	25								
昼食	ごはん、ホキのオーロラソース焼き、切干大根煮、みそ汁	ロールパン、クリームシチュー、キャベツの和風サラダ、パイナップル	なすとベーコンのナポリタン、スープ、みかん	天皇誕生日		ごはん、鮭の塩焼き、もやしと豆苗の和え物、みそ汁								
午後	牛乳、マドレーヌ	お茶、鮭おにぎり	牛乳、黒糖ココロラスク			牛乳、しぼりクッキー								
	27	28	<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。</p> <p>＜みかんぐみ＞                  3日の焼きうるめは小魚、9日のおやつはシュガートースト、10日のおやつはソーセージ、22日のおやつは黒糖トーストになります。</p>											
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、五色和え、すまし汁	キャロットロール、豆苗とベーコンのコンソメスープ、さつまいもサラダ、みかん	<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>543<sup>※</sup></td> <td>22.6g</td> <td>19.2g</td> </tr> </table>				1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質		543 <sup>※</sup>	22.6g	19.2g
1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質					脂質							
	543 <sup>※</sup>	22.6g	19.2g											
午後	牛乳、かぼちゃのフラン	牛乳、若菜と昆布おにぎり												

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1	2	3	4
昼食			かやくうどん、キャベツのおかか和え、ぼんかん	ごはん、赤魚の煮付け、チンゲン菜のナムル、すまし汁	三色ごはん、大根とひき肉のあんかけ、みそ汁	ごはん、豚じゃが、すまし汁、みかん
午後			牛乳、白あんクリームサンド	牛乳、フライドポテト	牛乳、鬼のこん棒クッキー	牛乳、クラッカージャムサンド
午前	6	7	8	9	10	11
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、煮浸し、みそ汁	ハヤシライス、スープ、りんご	ロールパン、冬野菜のポトフ、和風マカロニサラダ、みかん	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、春雨の炒めもの、すまし汁	ちゃんぽん麺、白菜とえのきの和え物、バナナ	勤労感謝の日
午後	牛乳、チーズクッキー	牛乳、お好み焼き	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、ラスク	牛乳、ソーセージ	
午前	13	14	15	16	17	18
昼食	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、きゅうりとワカメの酢の物、みそ汁	キャロットロール、野菜ハンバーグ、大根サラダ、スープ	肉うどん、もやしとにらの和え物、みかん	ごはん、鮭の照り焼き、高野豆腐の卵とし、みそ汁	ごはん、鶏肉のみそ風味煮、小松菜のじゃこ和え、すまし汁	ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、ぼんかん
午後	牛乳、サブレ	牛乳、ココアケーキ	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、マヨチーズパン	牛乳、じゃがいものポンデケージョ	牛乳、シリアル
午前	20	21	22	23	24	25
昼食	ごはん、ホキのオーロラソース焼き、切干大根煮、みそ汁	ロールパン、クリームシチュー、キャベツの和風サラダ、パイナップル	なすとベーコンのナポリタン、スープ、みかん	天皇誕生日	ごはん、鮭の塩焼き、もやしと豆苗の和え物、みそ汁	中華丼、スープ、りんご
午後	牛乳、マドレーヌ	お茶、鮭おにぎり	牛乳、黒糖トースト		牛乳、しぼりクッキー	牛乳、菓子、ウエハース
午前	27	28	*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> 18日、25日のおやつは菓子になります。			
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、五色和え、すまし汁	キャロットロール、豆苗とベーコンのコンソメスープ、さつまいもサラダ、みかん				
午後	牛乳、かぼちゃのフラン	牛乳、若菜と昆布おにぎり				