




	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	*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。			1	2	3
昼食	<みかんぐみ> 13日はチーズトーストを食べます。 23日のおやつはお茶ではなく牛乳を飲みます。			ごはん、赤魚の煮付け、 チンゲン菜のナムル、 みそ汁	かやくうどん、 大根のおかか和え、 バナナ	チャーハン、スープ、 オレンジ
午後	<みかん・めろんぐみ> 9日はソーセージを食べます。			牛乳、 関西風ポンデケーキ	牛乳、 マープル蒸しケーキ	牛乳、菓子
	5	6	7	8	9	10
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、 ほうれん草のお浸し、 すまし汁	キャロットロール、 ウインナーの豆乳スープ、 春雨サラダ、パイナップル	なすとベーコンの ナポリタン、スープ、 バナナ	ごはん、メルルーサの マヨネーズ焼き、 ひじき豆、みそ汁	親子丼、すまし汁、 メロン	ごはん、牛肉と じゃがいもの炒めもの、 みそ汁、バナナ
午後	牛乳、ドーナツ	牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、サブレ	牛乳、シュガーパン	牛乳、フランクフルト	牛乳、クラッカー チョコクリームサンド
	12	13	14	15	16	17
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、 五色和え、みそ汁	豚丼、すまし汁、 すいか	ロールパン、ほうれん草と チーズのハンバーグ、 もやしとにらの和え物 スープ	ごはん、さばの塩焼き、 じゃがいものそぼろ煮、 すまし汁	カレーうどん、 白菜とえのきの和え物、 オレンジ	ごはん、豚肉となすの みそ炒め、スープ、 バナナ
午後	牛乳、コーン蒸しケーキ	牛乳、 ココロチーズラスク	牛乳、梅菜おにぎり	牛乳、黒糖クッキー	牛乳、フライドポテト	牛乳、菓子
	19	20	21	22	23	24
昼食	ごはん、ホキのタルタル 焼き、高野豆腐の含め煮、 みそ汁	ごはん、鶏肉の塩焼き、 小松菜のじゃこ和え、 すまし汁	とんこつラーメン、 きゅうりとワカメの 酢の物、メロン	ごはん、鮭のみそ焼き、 ナムル、すまし汁	ホワイトロール、豆苗と ベーコンのコンソメスープ、 ココロサラダ、オレンジ	ごはん、牛肉と大根煮、 みそ汁、パイナップル
午後	牛乳、 チョコチップクッキー	牛乳、オムレット	牛乳、きな粉パン	牛乳、 ココアベリーケーキ	お茶、 若菜と昆布おにぎり	牛乳、じゃがバター
	26	27	28	29	30	
昼食	ごはん、さわらの おろし煮、もやしと豆苗の 和え物、みそ汁	大豆入りカレーライス、 スープ、オレンジ	ロールパン、ベーコンと きのこのコンソメスープ、 さつまいもサラダ、すいか	ごはん、メルルーサの マヨネーズ焼き、小松菜と しめじのお浸し、すまし汁	焼きそば、スープ、 バナナ	
午後	牛乳、マドレーヌ	牛乳、 いちごジャムサンド	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、ごまクッキー	牛乳、フルーツサイダー ゼリー、小魚	

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		*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。			1	2	3
昼食					ごはん、赤魚の煮付け、チンゲン菜のナムル、みそ汁	かやくうどん、大根のおかか和え、バナナ	チャーハン、スープ、オレンジ
午後					牛乳、関西風ポンデケーキ	牛乳、マープル蒸しケーキ	牛乳、菓子
		5	6	7	8	9	10
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、ほうれん草のお浸し、すまし汁		キャロットロール、ウインナーの豆乳スープ、春雨サラダ、パイナップル	なすとベーコンのナポリタン、スープ、バナナ	ごはん、メルルーサのマヨネーズ焼き、ひじき煮、みそ汁	親子丼、すまし汁、メロン	ごはん、牛肉とじゃがいもの炒めもの、みそ汁、バナナ
午後	牛乳、ドーナツ		牛乳、ゆかりおにぎり	牛乳、サブレ	牛乳、シュガーパン	牛乳、ソーセージ	牛乳、クラッカージャムサンド
		12	13	14	15	16	17
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、五色和え、みそ汁		豚丼、すまし汁、すいか	ロールパン、ほうれん草とチーズのハンバーグ、もやしとにらの和え物、スープ	ごはん、鮭の塩焼き、じゃがいものそぼろ煮、すまし汁	肉うどん、白菜とえのきの和え物、オレンジ	ごはん、豚肉となすのみそ炒め、スープ、バナナ
午後	牛乳、コーン蒸しケーキ		牛乳、チーズトースト	牛乳、梅菜おにぎり	牛乳、黒糖クッキー	牛乳、フライドポテト	牛乳、菓子
		19	20	21	22	23	24
昼食	ごはん、ホキのタルタル焼き、高野豆腐の含め煮、みそ汁		ごはん、鶏肉の塩煮、小松菜のじゃこ和え、すまし汁	とんこつラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、メロン	ごはん、鮭のみそ焼き、ナムル、すまし汁	ホワイトロール、豆苗とベーコンのコンソメスープ、コロコロサラダ、オレンジ	ごはん、牛肉と大根煮、みそ汁、パイナップル
午後	牛乳、クッキー		牛乳、オムレット	牛乳、きな粉パン	牛乳、ココアベリーケーキ	牛乳、若菜と昆布おにぎり	牛乳、じゃがバター
		26	27	28	29	30	
昼食	ごはん、ホキのおろし煮、もやしと豆苗の和え物、みそ汁		ハヤシライス、スープ、オレンジ	ロールパン、ベーコンときのこのコンソメスープ、さつまいもサラダ、すいか	ごはん、メルルーサのマヨネーズ焼き、小松菜としめじのお浸し、すまし汁	焼きそば、スープ、バナナ	
午後	牛乳、マドレーヌ		牛乳、いちごジャムサンド	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、ごまクッキー	牛乳、フルーツサイダーゼリー	