

	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。												
昼食	<みかん・めろんぐみ> 22日はソーセイジを食べます。 <みかんぐみ> 28日はごまトーストを食べます。					1							
午後						2							
	1か月の平均栄養量 <table border="1" style="display: inline-table; margin-left: 20px;"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>560kcal</td> <td>22.3g</td> <td>19.1g</td> </tr> </table>					エネルギー	たんぱく質	脂質	560kcal	22.3g	19.1g	ちらし寿司、すまし汁、オレンジゼリー	ごはん、肉豆腐、みそ汁、せとか
エネルギー	たんぱく質	脂質											
560kcal	22.3g	19.1g											
	4	5	6	7	8	9							
昼食	ごはん、わかさぎ揚げ、ちくわの磯辺揚げ、もやしと豆苗の和え物、みそ汁	親子丼、みそ汁、ぼんかん	みそラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、五目豆、すまし汁	えびチャーハン、鶏のからあげ、ポテトサラダ、スープ、ぶどうゼリー	ごはん、牛肉と春雨のすき煮、みそ汁、清見オレンジ							
午後	牛乳、ビスケットのせケーキ	牛乳、シュガーパン	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、チョコ入りクッキー	牛乳、麩のラスク	牛乳、クラッカーココアクリームサンド							
	11	12	13	14	15	16							
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、高野豆腐の卵とし、みそ汁	肉うどん、白菜とえのきの和え物、パイナップル	キャロットロール、ベーコンときのこのコンソメスープ、かぼちゃとひじきのサラダ、せとか	ごはん、メルルーサのオーロラソース焼き、切干大根煮、すまし汁	ごはん、鶏肉のタル照り焼き、若ごぼうのおかか炒め、みそ汁	豚丼、みそ汁、バナナ							
午後	牛乳、サブレ	牛乳、チーズ蒸しケーキ	お茶、しそわかめおにぎり	牛乳、きな粉パン	牛乳、フライドポテトコンソメ味	牛乳、菓子							
	18	19	20	21	22	23							
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、チンゲン菜のナムル、みそ汁	ベーコンと菜の花のスパゲティ、スープ、デコボン	春分の日	ロールパン、野菜ハンバーグ、春雨サラダ、スープ	ごはん、さばのみそ煮、小松菜のごま和え、みそ汁	マーボーなす丼、スープ、ぼんかん							
午後	牛乳、いちごオムレット	牛乳、ざくざくクッキー		牛乳、五色のおむすび	牛乳、フランクフルト	牛乳、じゃがバター							
	25	26	27	28	29	30							
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、さつまいものそぼろあんかけ、みそ汁	黒糖ロール、クリームシチュー、キャベツの和風サラダ、はるみ	かやくうどん、もやしとにらの和え物、バナナ	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、煮浸し、みそ汁	カレーライス、スープ、いちご	ごはん、豚バラ大根、みそ汁、デコボン							
午後	牛乳、みかんケーキ	牛乳、焼きおにぎり	牛乳、さつまいもクッキー	牛乳、ごまラスク	牛乳、お好み焼き	牛乳、チョコシリアル							

	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。 <さくらんぼぐみ> 2日は菓子のみを食べます。   				1	2
昼食					ちらし寿司、すまし汁、オレンジゼリー	ごはん、肉豆腐、みそ汁、せとか
午後					カルピス、ひなあられ、型抜きサンド	牛乳、菓子、ウエハース
	4	5	6	7	8	9
昼食	ごはん、鮭のから揚げ、ちくわの磯辺揚げ、もやしと豆苗の和え物、みそ汁	親子丼、みそ汁、ぼんかん	みそラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、五目煮、すまし汁	えびチャーハン、鶏のからあげ、ポテトサラダ、スープ、ぶどうゼリー	ごはん、牛肉と春雨のすき煮、みそ汁、清見オレンジ
午後	牛乳、ビスケットのせケーキ	牛乳、シュガーパン	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、ココアクッキー	牛乳、麩のラスク	牛乳、クラッカーココアクリームサンド
	11	12	13	14	15	16
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、高野豆腐の卵とし、みそ汁	肉うどん、白菜とえのきの和え物、パイナップル	キャロットロール、ベーコンときのこのコンソメスープ、かぼちゃとひじきのサラダ、せとか	ごはん、メルルーサのオーロラソース焼き、切干大根煮、すまし汁	ごはん、鶏肉のタル照り煮、若ごぼうのおかか炒め、みそ汁	豚丼、みそ汁、バナナ
午後	牛乳、サブレ	牛乳、チーズ蒸しケーキ	お茶、しそわかめおにぎり	牛乳、きな粉パン	牛乳、フライドポテトコンソメ味	牛乳、菓子
	18	19	20	21	22	23
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、チンゲン菜のナムル、みそ汁	ベーコンと菜の花のスパゲティ、スープ、デコボン	春分の日	ロールパン、野菜ハンバーグ、春雨サラダ、スープ	ごはん、ホキのみそ煮、小松菜のごま和え、みそ汁	マーボーなす丼、スープ、ぼんかん
午後	牛乳、いちごオムレット	牛乳、クッキー		牛乳、五色のおむすび	牛乳、ソーセージ	牛乳、じゃがバター
	25	26	27	28	29	30
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、さつまいものそぼろあんかけ、みそ汁	黒糖ロール、クリームシチュー、キャベツの和風サラダ、はるみ	かやくうどん、もやしとにらの和え物、バナナ	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、煮浸し、みそ汁	ハヤシライス、スープ、いちご	ごはん、豚バラ大根、みそ汁、デコボン
午後	牛乳、みかんケーキ	牛乳、焼きおにぎり	牛乳、さつまいもクッキー	牛乳、ごまトースト	牛乳、お好み焼き	牛乳、シリアル