

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	<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>					1
昼食	<p><みかんぐみ> 7日のおやつはチーズトースト、12日のおやつはクッキー、 8日のおやつはシリアルを食べます。</p>					ごはん、鶏じゃが、 みそ汁、バナナ
午後	<p><みかん・めろんぐみ> 13日のおやつはソーセージを食べます。</p>					牛乳、菓子
	3	4	5	6	7	8
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、 高野豆腐の含め煮、みそ汁	ごはん、 鶏肉のマーマレード焼き、 小松菜のごま和え、 すまし汁	ホワイトロール、豆苗と ウインナーのコンソメスープ、 コロコロサラダ、メロン	とんこつラーメン、 きゅうりとワカメの酢の物、 バナナ	ごはん、鮭の塩焼き、 ジャーマンポテト、みそ汁	中華丼、スープ、 パイナップル
午後	牛乳、ココアマドレーヌ	牛乳、きなこクッキー	お茶、五色のおむすび	牛乳、 関西風ポンデケーキ	牛乳、 コロコロチーズラスク	牛乳、チョコシリアル
	10	11	12	13	14	15
昼食	ごはん、 メルルーサのタルタル焼き、 切り干し大根とひじき煮、 すまし汁	ロールパン、 豆腐ハンバーグ、 春雨サラダ、スープ	みそ豚丼、すまし汁、 メロン	ごはん、鮭の塩焼き、 五目豆、すまし汁	にゅうめん、 もやしとにらの和え物、 バナナ	ごはん、 牛肉と豆苗のスタミナ炒め、 スープ、オレンジ
午後	牛乳、ココアオムレット	牛乳、たぬきおにぎり	牛乳、 チョコチップクッキー	牛乳、フランクフルト	牛乳、キャロットケーキ	牛乳、 さつまいものバター焼き
	17	18	19	20	21	22
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、 五色和え、みそ汁	カレーライス、 スープ、ヨーグルト	なすとベーコンのナポリタン、 スープ、オレンジ	ごはん、鮭の照り焼き、 煮浸し、すまし汁	キャロットロール、 ウインナーの豆乳スープ、 さつまいもサラダ、すいか	そぼろあんかけ丼、 みそ汁、バナナ
午後	牛乳、しばりクッキー	牛乳、ジャム蒸しケーキ	牛乳、黒糖トースト	牛乳、フライドポテト	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、菓子
	24	25	26	27	28	29
昼食	ごはん、鮭のサクサク焼き、 もやしと豆苗の和え物、 すまし汁	牛丼、みそ汁、 メロン	ロールパン、ベーコンと きのこのコンソメスープ、 ポテマカサラダ、すいか	ごはん、さわらの煮付け、 ナムル、みそ汁	かやくうどん、 大根のおかか和え、 バナナ	ごはん、豚バラ大根、 みそ汁、オレンジ
午後	お茶、フルーチェ、 ウエハース	牛乳、あんこケーキ	牛乳、 ミルククイーンの塩むすび	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、じゃこトースト	牛乳、 クラッカークリームサンド



1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質
	542kcal	22.4g	18.2g

	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
昼食	<さくらんぼぐみ> 8日、24日のおやつは菓子を食べます。					ごはん、鶏じゃが、みそ汁、バナナ
午後						牛乳、菓子
	3	4	5	6	7	8
昼食	ごはん、赤魚の照り焼き、高野豆腐の含め煮、みそ汁	ごはん、鶏肉のマーマレード煮、小松菜のごま和え、すまし汁	ホワイトロール、豆苗とウインナーのコンソメスープ、コロコロサラダ、メロン	とんこつラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ	ごはん、鮭の塩焼き、ジャーマンポテト、みそ汁	中華丼、スープ、パイナップル
午後	牛乳、ココアマドレーヌ	牛乳、きなこクッキー	牛乳、五色のおむすび	牛乳、関西風ポンデケーキ	牛乳、チーズトースト	牛乳、シリアル
	10	11	12	13	14	15
昼食	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、切り干し大根とひじき煮、すまし汁	ロールパン、豆腐ハンバーグ、春雨サラダ、スープ	みそ豚丼、すまし汁、メロン	ごはん、鮭の塩焼き、五目煮、すまし汁	にゅうめん、もやしとにらの和え物、バナナ	ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、オレンジ
午後	牛乳、オムレット	牛乳、たぬきおにぎり	牛乳、クッキー	牛乳、ソーセージ	牛乳、キャロットケーキ	牛乳、さつまいものバター焼き
	17	18	19	20	21	22
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、五色和え、みそ汁	ハヤシライス、スープ、ヨーグルト	なすとベーコンのナポリタン、スープ、オレンジ	ごはん、鮭の照り焼き、煮浸し、すまし汁	キャロットロール、ウインナーの豆乳スープ、さつまいもサラダ、すいか	そぼろあんかけ丼、みそ汁、バナナ
午後	牛乳、しばりクッキー	牛乳、ジャム蒸しケーキ	牛乳、黒糖トースト	牛乳、フライドポテト	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、菓子
	24	25	26	27	28	29
昼食	ごはん、鮭のサクサク焼き、もやしと豆苗の和え物、すまし汁	牛丼、みそ汁、メロン	ロールパン、ベーコンときのこのコンソメスープ、ポテマカサラダ、すいか	ごはん、ホキの煮付け、ナムル、みそ汁	かやくうどん、大根のおかか和え、バナナ	ごはん、豚バラ大根、みそ汁、オレンジ
午後	お茶、フルーチェ、ウエハース	牛乳、あんこケーキ	牛乳、ミルククイーンの塩むすび	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、じゃこトースト	牛乳、クラッカークリームサンド