

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	2		3		4		5		6		7	
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、チンゲン菜のナムル、みそ汁		黒糖ロール、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、パイナップル		そぼろあんかけ丼、すまし汁、バナナ		ごはん、鮭の塩焼き、ほうれん草のお浸し、みそ汁		インディアンスパゲティ、スープ、オレンジ		ごはん、牛肉と春雨のすき煮、みそ汁、バナナ	
午後	牛乳、クリームサンド		お茶、ちりめんおにぎり		牛乳、ココア蒸しケーキ		牛乳、ちんすこう		牛乳、ドーナツ		牛乳、菓子	
	9		10		11		12		13		14	
昼食	ごはん、鯛のマヨネーズ焼き、五目豆、みそ汁		肉うどん、もやしと豆苗の和え物、オレンジ		ロールパン、鶏肉とほうれん草のスープ、カスレ、バナナ		ごはん、赤魚の照り焼き、煮浸し、みそ汁		牛丼、すまし汁、パイナップル		ごはん、鶏じゃが、みそ汁、オレンジ	
午後	牛乳、ごまクッキー		牛乳、チーズ蒸しケーキ		牛乳、焼きおにぎり		牛乳、ラスク		牛乳、フライドポテト (あおさ)		牛乳、クラッカーあんサンド	
	16		17		18		19		20		21	
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、さつまいも煮、すまし汁		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、鶏肉の塩焼き、ほうれん草のじゃこ和え、みそ汁		ごはん、鯛のお好み焼き風、高野豆腐の含め煮、すまし汁		キャロットロール、豆腐ハンバーグ、春雨サラダ、スープ		ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、パイナップル	
午後	牛乳、麩のラスク		牛乳、スノーボールクッキー		牛乳、チョコチップケーキ		牛乳、フランクフルト		お茶、きつねおにぎり		牛乳、菓子、ウエハース	
	23		24	アフリカ料理	25		26		27		28	
昼食	ごはん、カレイの照り焼き、小松菜のごま和え、みそ汁		ダジャージのタジン、タロ芋風サラダ、ピンクグレープフルーツ		ロールパン、豆苗とウィンナーのコンソメスープ、ココロサラダ、メロン		ごはん、さばの塩焼き、春雨の炒めもの、みそ汁		かやくうどん、もやしとにらの和え物、バナナ		みそ豚丼、すまし汁、パイナップル	
午後	牛乳、きなこケーキ		お茶、エクアドルバナナとデーツのヨーグルト		お茶、鮭広島菜おにぎり		牛乳、クッキー		牛乳、ゼリー		牛乳、シリアルチーズ焼き	
	30	<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。 5月から約半年間、世界の料理を献立に取り入れています。今月は24日のアフリカ料理です。 <みかんぐみ> 18日のおやつはカップケーキを食べます。 <みかん・めろんぐみ> 9日の給食は五目煮、12日のおやつはシュガートースト、 19日のおやつはソーセージを食べます。</p>										
昼食	ごはん、アジのパン粉焼き、切干大根煮、みそ汁											
午後	牛乳、あんクッキー											



1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質
	547kcal	23g	18.5g

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	2		3		4		5		6		7	
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、チンゲン菜のナムル、みそ汁		黒糖ロール、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、パイナップル		そばろあんかけ丼、すまし汁、バナナ		ごはん、鮭の塩焼き、ほうれん草のお浸し、みそ汁		ミートスパゲティ、スープ、オレンジ		ごはん、牛肉と春雨のすき煮、みそ汁、バナナ	
午後	牛乳、クリームサンド		お茶、ちりめんおにぎり		牛乳、ココア蒸しケーキ		牛乳、ちんすこう		牛乳、ドーナツ		牛乳、菓子	
	9		10		11		12		13		14	
昼食	ごはん、鯛のマヨネーズ焼き、五目煮、みそ汁		肉うどん、もやしと豆苗の和え物、オレンジ		ロールパン、鶏肉とほうれん草のスープ、カスレ、バナナ		ごはん、赤魚の照り焼き、煮浸し、みそ汁		牛丼、すまし汁、パイナップル		ごはん、鶏じゃが、みそ汁、オレンジ	
午後	牛乳、ごまクッキー		牛乳、チーズ蒸しケーキ		牛乳、焼きおにぎり		牛乳、シュガートースト		牛乳、フライドポテト（あおさ）		牛乳、クラッカーあんサンド	
	16		17		18		19		20		21	
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、さつまいも煮、すまし汁		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、鶏肉の塩煮、ほうれん草のじゃこ和え、みそ汁		ごはん、鯛のお好み焼き風、高野豆腐の含め煮、すまし汁		キャロットロール、豆腐ハンバーグ、春雨サラダ、スープ		ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、パイナップル	
午後	牛乳、麩のラスク		牛乳、スノーボールクッキー		牛乳、カップケーキ		牛乳、ソーセージ		牛乳、きつねおにぎり		牛乳、菓子、ウエハース	
	23		24	アフリカ料理	25		26		27		28	
昼食	ごはん、カレイの照り焼き、小松菜のごま和え、みそ汁		鶏肉のトマト煮、タロ芋風サラダ、ピンクグレープフルーツ		ロールパン、豆苗とウィンナーのコンソメスープ、ココロサラダ、メロン		ごはん、鮭の塩焼き、春雨の炒めもの、みそ汁		かやくうどん、もやしとにらの和え物、バナナ		みそ豚丼、すまし汁、パイナップル	
午後	牛乳、きなこケーキ		お茶、エクアドルバナナとデーツのヨーグルト		お茶、鮭広島菜おにぎり		牛乳、クッキー		牛乳、ゼリー		牛乳、シリアルチーズ焼き	
	30	*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、鯛のパン粉焼き、切干大根煮、みそ汁											
午後	牛乳、あんクッキー											