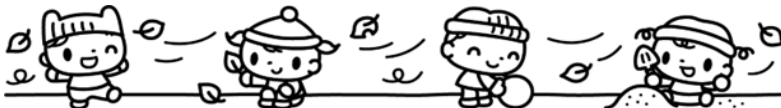


|           | 月曜日                                   |       | 火曜日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | 水曜日                                                  |  | 木曜日                                   |  | 金曜日                                     |  | 土曜日                                                                                 |              |           |       |       |    |         |       |       |
|-----------|---------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------|--|---------------------------------------|--|-----------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|-------|-------|----|---------|-------|-------|
|           | 1                                     |       | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | 3                                                    |  | 4                                     |  | 5                                       |  | 6                                                                                   |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 昼食        | ごはん、<br>カレイの塩焼き、<br>チンゲン菜のナムル、<br>みそ汁 |       | 水菜とツナの<br>和風スパゲティ、<br>スープ、<br>バナナ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | ロールパン、<br>かぼちゃの<br>クリームシチュー、<br>キャベツ和風サラダ、<br>パイナップル |  | ごはん、<br>鮭のみそ焼き、<br>切干大根とひじき煮、<br>すまし汁 |  | 親子丼、<br>みそ汁、<br>みかん                     |  | ごはん、<br>回鍋肉、<br>スープ、<br>バナナ                                                         |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 午後        | 牛乳、ざくざくクッキー                           |       | 牛乳、ジャム蒸しケーキ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | お茶、ゆかりおにぎり                                           |  | 牛乳、シュガーパン                             |  | 牛乳、フライドポテト<br>コンソメ味                     |  | 牛乳、<br>クラッカーきな粉サンド                                                                  |              |           |       |       |    |         |       |       |
|           | 8                                     |       | 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | 10                                                   |  | 11                                    |  | 12                                      |  | 13                                                                                  | 生活発表会（3～5歳児） |           |       |       |    |         |       |       |
| 昼食        | ごはん、<br>アジのパン粉焼き、<br>高野豆腐の含め煮、<br>みそ汁 |       | かやくうどん、<br>もやしとにらの和え物、<br>みかん                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | こんこんカレーライス、<br>スープ、<br>ヨーグルト                         |  | ごはん、<br>赤魚の照り焼き、<br>ナムル、<br>みそ汁       |  | キャロットロール、<br>鶏肉のポトフ、<br>コロコロサラダ、<br>バナナ |  |  |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 午後        | 牛乳、<br>白あんクリームサンド                     |       | 牛乳、マドレーヌ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 牛乳、フランクフルト                                           |  | 牛乳、ココアクッキー                            |  | 牛乳、<br>おかかチーズおにぎり                       |  | 牛乳、菓子                                                                               |              |           |       |       |    |         |       |       |
|           | 15                                    |       | 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | 17                                                   |  | 18                                    |  | 19                                      |  | 20                                                                                  |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 昼食        | ごはん、<br>鮭の塩焼き、<br>五目豆、<br>みそ汁         |       | ごはん、<br>鶏肉の照り焼き、<br>小松菜のじゃこ和え、<br>すまし汁                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  | 黒糖ロール、<br>きのこ入り野菜ハンバーグ、<br>春雨サラダ、<br>スープ             |  | ごはん、<br>さばのみそ煮、<br>ほうれん草のお浸し、<br>すまし汁 |  | ちゃんぽん麺、<br>きゅうりとワカメの酢の物、<br>バナナ         |  | ごはん、<br>牛肉と大根煮、<br>みそ汁、<br>みかん                                                      |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 午後        | 牛乳、お好み焼き                              |       | 牛乳、しぼりクッキー                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | 牛乳、ツナマヨおにぎり                                          |  | 牛乳、あんこケーキ                             |  | 牛乳、じゃこトースト                              |  | 牛乳、<br>さつまいものバター焼き                                                                  |              |           |       |       |    |         |       |       |
|           | 22                                    |       | 23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | 24                                                   |  | 25                                    |  | 26                                      |  | 27                                                                                  |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 昼食        | 豚汁うどん、<br>もやしと豆苗の和え物、<br>バナナ          |       | ごはん、<br>カレイの照り焼き、<br>煮浸し、<br>みそ汁                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | パンバイキング、<br>鶏のからあげ、<br>ポテトサラダ、<br>スープ、ぶどうゼリー         |  | きのこのそぼろあんかけ丼、<br>みそ汁、<br>みかん          |  | みそ豚丼、<br>すまし汁、<br>パイナップル                |  | ごはん、<br>肉じゃが、<br>みそ汁、<br>バナナ                                                        |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 午後        | 牛乳、<br>スイートパンプキン                      |       | 牛乳、<br>コロコロチーズラスク                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | 牛乳、いちごオムレット                                          |  | カルピス、<br>リース型クッキー                     |  | 牛乳、シリアル                                 |  | 牛乳、菓子、小魚                                                                            |              |           |       |       |    |         |       |       |
|           | 29                                    |       | <div>*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。<br/>24日はパンバイキングです。種類は、ミルクツイストパン、ショコラパン、クロワッサンです。<br/>29日の給食のフルーツは、バナナ、みかん、パイナップルのいずれかを食べます。<br/>&lt;みかんぐみ&gt;<br/>23日のおやつはチーズトーストを食べます。<br/>24日の給食はキャロットロールを食べます。<br/>&lt;みかん・めろんぐみ&gt;<br/>10日のおやつはソーセージを食べます。15日の給食は五目煮を食べます。</div> <div><table><tr><td rowspan="2">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>556kcal</td><td>23.3g</td><td>19.3g</td></tr></table></div> |  |                                                      |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |              | 1か月の平均栄養量 | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 556kcal | 23.3g | 19.3g |
| 1か月の平均栄養量 | エネルギー                                 | たんぱく質 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                      |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |              |           | 脂質    |       |    |         |       |       |
|           | 556kcal                               | 23.3g |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                      |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |              | 19.3g     |       |       |    |         |       |       |
| 昼食        | ごはん、<br>牛肉と春雨のすき煮、<br>みそ汁、<br>フルーツ    |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                      |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |              |           |       |       |    |         |       |       |
| 午後        | アップル&キャロット<br>ジュース、菓子                 |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                      |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |              |           |       |       |    |         |       |       |

|    | 月曜日                                   |  | 火曜日                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  | 水曜日                                                   |  | 木曜日                                   |  | 金曜日                                     |  | 土曜日                                                                                 |  |
|----|---------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------|--|---------------------------------------|--|-----------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------|--|
|    | 1                                     |  | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | 3                                                     |  | 4                                     |  | 5                                       |  | 6                                                                                   |  |
| 昼食 | ごはん、<br>カレイの塩焼き、<br>チンゲン菜のナムル、<br>みそ汁 |  | 水菜とツナの<br>和風スパゲティ、<br>スープ、<br>バナナ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | ロールパン、<br>かぼちゃの<br>クリームシチュー、<br>キャベツの和風サラダ、<br>パイナップル |  | ごはん、<br>鮭のみそ焼き、<br>切干大根とひじき煮、<br>すまし汁 |  | 親子丼、<br>みそ汁、<br>みかん                     |  | ごはん、<br>回鍋肉、<br>スープ、<br>バナナ                                                         |  |
| 午後 | 牛乳、クッキー                               |  | 牛乳、ジャム蒸しケーキ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  | お茶、ゆかりおにぎり                                            |  | 牛乳、シュガーパン                             |  | 牛乳、フライドポテト<br>コンソメ味                     |  | 牛乳、<br>クラッカーきな粉サンド                                                                  |  |
|    | 8                                     |  | 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | 10                                                    |  | 11                                    |  | 12                                      |  | 13                                                                                  |  |
| 昼食 | ごはん、<br>鯛のパン粉焼き、<br>高野豆腐の含め煮、<br>みそ汁  |  | かやくうどん、<br>もやしとにらの和え物、<br>みかん                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | ハヤシライス、<br>スープ、<br>ヨーグルト                              |  | ごはん、<br>赤魚の照り焼き、<br>ナムル、<br>みそ汁       |  | キャロットロール、<br>鶏肉のポトフ、<br>コロコロサラダ、<br>バナナ |  |  |  |
| 午後 | 牛乳、<br>白あんクリームサンド                     |  | 牛乳、マドレーヌ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | 牛乳、ソーセージ                                              |  | 牛乳、ココアクッキー                            |  | 牛乳、<br>おかかチーズおにぎり                       |  | 牛乳、菓子                                                                               |  |
|    | 15                                    |  | 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 17                                                    |  | 18                                    |  | 19                                      |  | 20                                                                                  |  |
| 昼食 | ごはん、<br>鮭の塩焼き、<br>五目煮、<br>みそ汁         |  | ごはん、<br>鶏肉の照り煮、<br>小松菜のじゃこ和え、<br>すまし汁                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | 黒糖ロール、<br>きのこ入り野菜ハンバーグ、<br>春雨サラダ、<br>スープ              |  | ごはん、<br>鯛のみそ煮、<br>ほうれん草のお浸し、<br>すまし汁  |  | ちゃんぽん麺、<br>きゅうりとわかめの酢の物、<br>バナナ         |  | ごはん、<br>牛肉と大根煮、<br>みそ汁、<br>みかん                                                      |  |
| 午後 | 牛乳、お好み焼き                              |  | 牛乳、しぼりクッキー                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | 牛乳、のりおにぎり                                             |  | 牛乳、あんこケーキ                             |  | 牛乳、じゃこトースト                              |  | 牛乳、<br>さつまいものバター焼き                                                                  |  |
|    | 22                                    |  | 23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 24                                                    |  | 25                                    |  | 26                                      |  | 27                                                                                  |  |
| 昼食 | 豚汁うどん、<br>もやしと豆苗の和え物、<br>バナナ          |  | ごはん、<br>カレイの照り焼き、<br>煮浸し、<br>みそ汁                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | キャロットロール、<br>鶏肉のからあげ、<br>ポテトサラダ、<br>スープ、ぶどうゼリー        |  | きのこのそぼろあんかけ丼、<br>みそ汁、<br>みかん          |  | みそ豚丼、<br>すまし汁、<br>パイナップル                |  | ごはん、<br>肉じゃが、<br>みそ汁、<br>バナナ                                                        |  |
| 午後 | 牛乳、<br>スイートパンプキン                      |  | 牛乳、チーズトースト                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | 牛乳、いちごオムレット                                           |  | カルピス、<br>リース型クッキー                     |  | 牛乳、シリアル                                 |  | 菓子                                                                                  |  |
|    | 29                                    |  | <div>*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<br/>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。<br/>29日の給食のフルーツは、バナナ、みかん、パイナップルのいずれかを食べます。<br/>&lt;さくらんぼぐみ&gt;<br/>26日のおやつは菓子を食べます。<br/>25日、29日のおやつは牛乳を飲みます。</div> <div></div> |  |                                                       |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |  |
| 昼食 | ごはん、<br>牛肉と春雨のすき煮、<br>みそ汁、<br>フルーツ    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                       |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |  |
| 午後 | アップル&キャロット<br>ジュース、菓子                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                       |  |                                       |  |                                         |  |                                                                                     |  |