


	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、 ほうれん草のお浸し、 みそ汁		巻き寿司・焼きうるめ、 大根とひき肉のあんかけ、 みそ汁		ロールパン、 クリームシチュー、 キャベツの和風サラダ、 デコボン		ごはん、 カレイの照り焼き、 高野豆腐の含め煮、 みそ汁		みそラーメン、 きゅうりとワカメの酢の物、 バナナ		ごはん、 牛肉とカブ煮、 みそ汁、 ぼんかん	
午後	牛乳、 スノーボールクッキー		牛乳、きな粉蒸しケーキ		お茶、焼きおにぎり		牛乳、シュガーパン		牛乳、ふかしいも		牛乳、 クラッカージャムサンド	
	9		10		11	建国記念の日	12		13		14	
昼食	ごはん、 鮭の塩焼き、 春雨の炒めもの、 みそ汁		ビビンバ丼、 スープ、 清見オレンジ				カレーライス、 スープ、 卵不使用プリン		ごはん、 さばのみそ煮、 小松菜のごま和え、 すまし汁		豚丼、 みそ汁、 バナナ	
午後	牛乳、フライドポテト		牛乳、 ココロチーズラスク				牛乳、マドレーヌ		牛乳、 ダブルチョコクッキー		牛乳、菓子	
	16		17		18		19		20		21	
昼食	ごはん、 赤魚の照り焼き、 五目豆、 みそ汁		キャットロール、 ほうれん草とチーズの ハンバーグ、 春雨サラダ、スープ		ごはん、 鶏肉の煮もの、 おかか和え、 すまし汁		ごはん、 たいのタルタル焼き、 鳴門煮、 みそ汁		ベーコンと菜の花の スパゲティ、 スープ、 はるみ		ごはん、 肉じゃが、 みそ汁、 バナナ	
午後	牛乳、 チョコクリームサンド		牛乳、たぬきおにぎり		牛乳、かぼちゃのフラン		牛乳、フランクフルト		牛乳、2色クッキー		牛乳、菓子、小魚	
	23	天皇誕生日	24		25		26		27		28	
昼食			ごはん、 鮭のみそ焼き、 切り干し大根とひじき煮、 すまし汁		あんかけうどん、 もやしと豆苗の和え物、 せとか		ごはん、 カレイの塩焼き、 煮浸し、 みそ汁		ホワイトロール、 鶏肉のポトフ、 和風マカロニサラダ、 バナナ		マーボー丼、 スープ、 ぼんかん	
午後			牛乳、黒糖トースト		牛乳、麩のラスク		牛乳、しぼりクッキー		牛乳、 中華風ちまきおにぎり		牛乳、チョコシリアル	

\*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。

4日、7日、10日、20日、25日、28日のフルーツは変更になる可能性があります。

<みかんぐみ>

10日のおやつはチーズトースト、13日のおやつはココアクッキー、16日のおやつはココアクリームサンド、



28日のおやつはシリアルを食べます。

<みかん・めろんぐみ>

16日のおやつは五目煮、19日のおやつはソーセージを食べます。

1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質
	545kcal	23.1g	18.3g



	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、 ほうれん草のお浸し、 みそ汁		三色ごはん、 大根とひき肉のあんかけ、 みそ汁		ロールパン、 クリームシチュー、 キャベツの和風サラダ、 デコボン		ごはん、 カレイの照り焼き、 高野豆腐の含め煮、 みそ汁		みそラーメン、 きゅうりとワカメの酢の物、 バナナ		ごはん、 牛肉とカブ煮、 みそ汁、 ぼんかん	
午後	牛乳、 スノーボールクッキー		牛乳、きな粉蒸しケーキ		お茶、焼きおにぎり		牛乳、シュガーパン		牛乳、ふかしいも		牛乳、 クラッカージャムサンド	
	9		10		11	建国記念の日	12		13		14	
昼食	ごはん、 鮭の塩焼き、 春雨の炒めもの、 みそ汁		ビビンバ丼、 スープ、 清見オレンジ				ハヤシライス、 スープ、 卵不使用プリン		ごはん、 たいのみそ煮、 小松菜のごま和え、 すまし汁		豚丼、 みそ汁、 バナナ	
午後	牛乳、フライドポテト		牛乳、チーズトースト				牛乳、マドレーヌ		牛乳、ココアクッキー		牛乳、菓子	
	16		17		18		19		20		21	
昼食	ごはん、 赤魚の照り焼き、 五目煮、 みそ汁		キャットロール、 ほうれん草とチーズの ハンバーグ、 春雨サラダ、スープ		ごはん、 鶏肉の煮もの、 おかか和え、 すまし汁		ごはん、 たいのタルタル焼き、 鳴門煮、 みそ汁		ベーコンとキャベツの スパゲティ、 スープ、 はるみ		ごはん、 肉じゃが、 みそ汁、 バナナ	
午後	牛乳、 ココアクリームサンド		牛乳、たぬきおにぎり		牛乳、かぼちゃのフラン		牛乳、ソーセージ		牛乳、クッキー		牛乳、菓子	
	23	天皇誕生日	24		25		26		27		28	
昼食			ごはん、 鮭のみそ焼き、 切り干し大根とひじき煮、 すまし汁		あんかけうどん、 もやしと豆苗の和え物、 せとか		ごはん、 カレイの塩焼き、 煮浸し、 みそ汁		ホワイトロール、 鶏肉のポトフ、 和風マカロニサラダ、 バナナ		マーボー丼、 スープ、 ぼんかん	
午後			牛乳、黒糖トースト		牛乳、麩のラスク		牛乳、しぼりクッキー		牛乳、 中華風ちまきおにぎり		牛乳、シリアル	

\*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。

<さくらんぼぐみ>

12日の給食はヨーグルト、28日のおやつは菓子を食べます。

