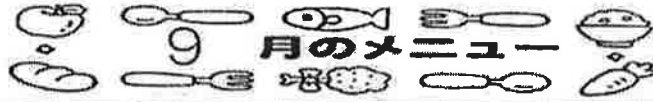


平成30年



曜日	献立名	屋 食	おやつ	体をつくるものになる食物	体の調子を整える食物	力や熱になる食物	エネルギー		蛋白質	
							総量	水分	総量	水分
1 土		親子丼・ベーコン入野菜スープ・ブロッコリー・バナナ	おせんべい・プチゼリー・煎茶	鶏肉・卵・ベーコン・ゼリー	にんじん・玉ねぎ・ブロッコリー・干しいたけ・グリーンピース・バナナ・キャベツ・コーン	米・米油	600	175	415	14.1
2 日		♪休園♪								
3 月		きのこ入りクリームシチュー・ごはん・ひじき入のたまごスープ・温野菜・バナナ	ひよこ組 せんべい・煎茶 おせんべい・島布・煎茶	鶏肉・牛乳・生クリーム・白ごぼう・卵・豆腐	しめじ・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・かぼちゃ・コーン・長ネギ・パナップ	米・じゃがいも・米油・小麦粉	499	118	410	8.4
4 火		黒米ごはん・青菜のみそ汁・チキンピカタ・スパゲティサラダ	フルーツゼリー・煎茶	鶏肉・牛乳・鶏皮・鶏肉・鶏肉・鶏肉・鶏肉・鶏肉	ほうれん草・キャベツ・きゅうり・コーン・人参・ひんじゅ	米・小麦粉・スパゲティ	479	196	383	16.0
5 水		焼きそば・ゆでたまご・チーズ・キウイフルーツ	ふがし煎じが・煎茶	豚肉・卵・チーズ	キャベツ・人参・もやし・ピーマン・キウイフルーツ	中華麺・米油・じゃがいも	467	160	392	14.0
6 木		黒米ごはん・キャベツみそ汁・夕方のカレーうどん・切干大根の煮物	かぼちゃ蒸しパン・煎茶	夕芋・生揚げ・さつまいも・おこわ・バター・煮干し・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・切干大根・人参・干しいたけ・グリーンピース・かぼちゃ	米・じゃが芋・米油・小麦粉・ポットケーキミックス	501	18.1	401	14.6
7 金		塩こぼし・わかめスープ・じゃがいもグラタン・ブロッコリーサラダ・梨	おせんべい・スルメ・煎茶	鶏・白ごぼう・チーズ・わかめ・ベーコン・牛乳・生クリーム	豚子ぎ・玉ねぎ・ブロッコリー・きゅうり・梨	米・じゃが芋・パン粉・小麦粉	508	170	422	13.8
8 土		豚丼・野菜スープ・ブロッコリー・バナナ	おせんべい・りんごジュース	豚肉	玉ねぎ・干しいたけ・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ・にんじん・コーン・バナナ・りんごジュース	米・米油	544	106	435	8.5
9 日		♪休園♪								
10 月		シーフードカレーライス・野菜スープ・温野菜・バナナ	ひよこ組 だんごせんべい・煎茶 おせんべい・煎茶	シーフードミックス・わかめ・煮干し	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・コーン・ブロッコリー・かぼちゃ・パナップ	米・米油・じゃが芋・小麦粉	484	128	388	10.5
11 火		黒米ごはん・きのこのみそ汁・さばの竜田揚げ・ひじきと大豆の煮物	フレンチトースト・煎茶	豆腐・さば・大豆・ひじき・さつまいも・高野豆腐・煮干し・牛乳・卵・バター	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・干しいたけ・生薑・なめこ・しめじ・えのき	米・じゃが芋・片栗粉・米油・小麦粉	558	24.3	446	19.4
12 水		みそ野菜ラーメン・チーズ・オレシ	おにぎり・梅干スティック・煎茶	豚肉・豆腐・チーズ	キャベツ・にんじん・コーン・もやし・きゅうり・オレシ	中華麺・米油・米	534	17.1	497	12.2
13 木		黒米ごはん・野菜・納豆和え・たじごんウィンナー・ツナ入り切干大根サラダ	プリン・煎茶	豚肉・卵・納豆・納豆・ウィンナー・にんにく・チーズ・鶏のり・プリン・ごま・ツナ缶	キャベツ・大根・にんじん・かぼちゃ・きゅうり・レタス・玉ねぎ・干しいたけ・ミニトマト・切干大根	米・小麦粉・米油	508	16.4	424	13.4
14 金		新さんま蒲焼・ベーコン入野菜スープ・三色にんじんしりしり・梨	ひよこ組 せんべい・煎茶 おせんべい・スルメ・煎茶	さんま・ごま・ツナ缶・ベーコン・わかめ	キャベツ・人参・玉ねぎ・梨・コーン・グリーンピース・ほうれん草	米・米油・片栗粉・小麦粉	497	14.4	414	11.7
15 土		♪愛情弁当日♪	おせんべい・野菜ジュース	野菜ジュース						
16 日		♪休園♪								
17 月		♪休園♪ (敬老の日)								
18 火		黒米ごはん・豆腐のみそ汁・ちくわの二色あげ・じゃがじゃが	ココア蒸しパン・煎茶	ちくわ・ちりめんじゃこ・鶏のり・煮干し・豆腐・わかめ・牛乳	玉ねぎ・干しいたけ・グリーンピース・人参	米・米油・小麦粉・ポットケーキミックス	564	19.9	451	15.9
19 水		ナポリタン・ゆでたまご・チーズ・バナナ	シヤムサンドイッチ・煎茶	ウィンナー・ベーコン・卵・チーズ・卵	玉ねぎ・ピーマン・パナップ・イチゴ・シヤム・フルーツジャム	スパゲティ・米油・小麦粉	573	21.0	433	16.6
20 木		黒米ごはん・切干大根と高野豆腐のみそ汁・おのしモン煎し・煮物のそぼろ煮	フルーツヨーグルト・煎茶	豚肉・鮭・高野豆腐・煮干し・わかめ・ヨーグルト	切干大根・玉ねぎ・レモン・にんじん・グリーンピース・パナップ・パイナップル・おめん缶・キウイフルーツ	米・米油・さといも	479	14.4	383	11.9
21 金		♪ドレミ運動会♪								
22 土		高野豆腐のちくわの揚げ・ひじき入野菜スープ・ブロッコリー・バナナ	おせんべい・チーズ・煎茶	だんご・高野豆腐・ひじき・チーズ	玉ねぎ・干しいたけ・人参・ブロッコリー・グリーンピース・キャベツ・コーン・バナナ	米・米油	471	14.8	394	12.4
23 日		♪休園♪								
24 月		♪休園♪ (秋分の日)								
25 火		黒米ごはん・わかめのみそ汁・肉じゃが・しらすと切干大根入あえもの	フルーツゼリー・煎茶	豚肉・しらす・鶏肉・鶏肉・鶏肉・鶏肉・鶏肉・鶏肉	切干大根・玉ねぎ・人参・干しいたけ・グリーンピース・きゅうり・もやし・パナップ・豆腐ジュース	米・米油・じゃが芋・豆腐	544	16.3	412	12.3
26 水		カレーうどん・ゆでたまご・チーズ・バナナ	ヨーグルト・煎茶	豚肉・チーズ・卵・ヨーグルト	人参・玉ねぎ・干しいたけ・バナナ	うどん・じゃがいも・米油・小麦粉	515	18.3	440	16.6
27 木		黒米ごはん・もずくスープ・ひじきとチーズ入パンパケ・ブロッコリーコンソラダ	お煎生ケーキ・煎茶	豚肉・もずく・卵・ひじき・チーズ・バター・アズル・生クリーム	にんじん・キャベツ・玉ねぎ・コーン・ブロッコリー・おめん缶・パイナップル	米・小麦粉・米油・小麦粉	585	20.6	488	16.5
28 金		食育デー (芋煮会) ※詳細は担任よりお知らせします。	ひよこ組 せんべい・煎茶 おせんべい・スルメ・煎茶	豚肉・切干大根・煮干し	人参・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・かぼちゃ・えのき・さくら・梨	米・じゃが芋	420	8.9	336	7.0
29 土		二色丼・野菜スープ・チーズ・バナナ	おせんべい・プチゼリー・煎茶	卵・鶏肉・チーズ・ゼリー	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・コーン・バナナ・グリーンピース	米・米油	522	18.8	418	16.0
30 日		♪休園♪								

食材の入荷により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
※ おやつ欄の☆は、りす組・うさぎ組・ぱんだ組・ぞう組のおやつです。

(3~5歳児) (1~2歳児)