



| 日付 | 献立 | エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児 | 材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ) | | | | (ナースリー) | |
|-----|--|--|--|---|---|---|--------------|-------------------------------|
| | | | 【赤】 血や肉や骨になるもの | 【黄】 熱と力になるもの | 【緑】 体の調子を整えるもの | 調味料 | 午前おやつ | 午後おやつ |
| 04月 | お弁当の日 | | | | | | 米ソフトせんべい | 幼児用菓子 |
| 05火 | ごはん、チキンカツ、系こ ん煮、高野豆腐煮物、ゆか りあえ、みそ汁 | 490.5(435.1) 19.6(16.6) 13.1(11.6) 1.4(1.3) | 鶏むね肉(皮付)、○豆乳、 凍り豆腐、麦みそ、卵 | 米、しらたき、○米粉、パン 粉、じゃがいも、なたね油、 ○砂糖、小麦粉、○なたね 油、砂糖 | たまねぎ、はくさい、だい こん、きゅうり、こまつな、○ いちごジャム | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、しょうゆ、本みりん、 みりん、しょうゆ(うすく ち)、酒、食塩、○食塩 | 全粒粉ビス ケット | 米粉蒸し ケーキ、 チーズ |
| 06水 | ひじきごはん、竜田揚げ、 白菜の煮浸し、かぼちゃの サラダ、みそ汁 | 549.7(441.8) 18.5(17.7) 16.2(16.2) 1.6(1.3) | 魚、○とろけるチーズ、麦み そ、油揚げ | 米、○強力粉、さつまいも、 ○なたね油、○砂糖、油、片 栗粉、マヨネーズ、砂糖 | はくさい、かぼちゃ、たまね ぎ、だいこん、にんじん、こ まつな、きゅうり、ほうれん そう、えのきたけ、ひじき、 しょうが | 煮干だし汁、かつおだし汁、 しょうゆ、みりん、酒、し ょうゆ(うすくち)、○ドラ イイースト、○食塩、りんご 酢、食塩 | 星せんべい | チーズパン |
| 07木 | ごはん、ふりかけ、豚肉の 生姜焼き、ほうれん草と コーンのソテー、マカロニ サラダ、みそ汁 | 427.2(358.8) 18.2(14.6) 9.4(7.6) 1.6(1.3) | 豚肉(もも)、麦みそ、いり こ、いり大豆、バター、かつ お節 | 米、○米、マカロニ、マヨ ネーズ、片栗粉 | たまねぎ、ほうれんそう、にん じん、きゅうり、○七草、生わか め、キャベツ、だいこん、しめ じ、ピーマン、コーン、し ょうが、○こんぶ(だし用)、◎りん ご | 煮干だし汁、しょうゆ、本み りん、○しょうゆ(うすく ち)、酒、食塩、○食塩 | 果物 | 七草がゆ、 チーズ |
| 08金 | ごはん、豆腐ハンバーグ、 切干大根とさといもの煮 物、はくさいごま酢あえ、 みそ汁 | 413.6(388.0) 14.6(12.0) 8.3(6.7) 1.0(0.8) | 木綿豆腐、豚ひき肉、○脱脂 粉乳、麦みそ、○バター、○ いりこ、卵 | 米、○じゃがいも、○小麦 粉、さといも、さつまいも、 ○砂糖、砂糖、ごま、片栗粉 | たまねぎ、はくさい、にん じん、ほうれんそう、しめじ、 切り干しだいこん、ひじき、 干ししいたけ | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、しょうゆ、酢、みり ん、酒、食塩 | 野菜ポーロ | ポテトク ッキー、おや ついりこ |
| 09土 | あんかけ丼、スパゲッティ サラダ、チーズ、みそ汁、 果物 | 515.5(433.3) 17.6(17.4) 14.6(15.0) 1.4(1.1) | 豚ひき肉、木綿豆腐、麦みそ | 米、スパゲティ、片栗粉、は るさめ、砂糖、なたね油、マ ヨネーズ(全卵型) | バナナ、たまねぎ、にん じん、きゅうり、こまつな、し めじ、ピーマン | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、しょうゆ、食塩 | 星せんべい | 幼児用菓子 |
| 12火 | ごはん、鶏のピカタ、じゃ がいもきんぴら、五色和 え、みそ汁 | 493.0(437.2) 17.5(14.9) 14.5(12.7) 1.2(1.1) | 鶏むね肉、○卵、○バター、 卵、麦みそ、○脱脂粉乳、脱 脂粉乳 | 米、○小麦粉、じゃがいも、 ○砂糖、小麦粉、砂糖、ごま | たまねぎ、○にんじん、だい こん、ほうれんそう、にん じん、はくさい、もやし、生わか め、コーン、しめじ | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、ケチャップ、し ょうゆ、酒、みりん、食塩 | 全粒粉ビス ケット | にんじん ケーキ |
| 13水 | ごはん、コーン焼き、ペイ クドじゃが、大豆サラダ、 みそ汁 | 453.2(378.1) 16.3(16.3) 11.9(12.7) 1.3(1.0) | 鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、麦 みそ、大豆(乾) | 米、じゃがいも、○米粉、 油、片栗粉、マヨネーズ、米 粉、○ごま油 | たまねぎ、はくさい、コーン(冷 凍)、○たまねぎ、きゅうり、○に んじん、にんじん、ほうれんそう、○に ら、○コーン、切り干しだいこん、 しょうが、あおのり | 煮干だし汁、○食塩、食塩、 しょうゆ | 星せんべい | チヂミ、 チーズ |
| 14木 | ごはん、魚のオープン焼 き、ひじきとじゃが芋の炒 り煮、小松菜とコーンの和 え物、みそ汁 | 438.5(368.4) 17.3(13.9) 6.0(4.8) 1.2(1.0) | メルルーサ、チーズ、木綿豆 腐、○油揚げ、麦みそ、○い りこ、油揚げ | 米、○米、じゃがいも、さ といも、さつまいも、○ごま、 ○砂糖、砂糖、油 | たまねぎ、こまつな、にん じん、キャベツ、ほうれんそ う、コーン、ひじき、○ひ じき、◎りんご | 煮干だし汁、かつおだし汁、 ケチャップ、しょうゆ、○ しょうゆ、みりん、酒、食塩 | 果物 | きつねおに ぎり、おや ついりこ |
| 15金 | ハリハリごはん、豚のケ チャップ煮、凍り豆腐の煮 物、れんこんマリネ、すま し汁 | 471.1(415.4) 21.3(17.1) 9.7(7.8) 1.3(1.0) | 豚肉(もも)、○牛乳、木綿豆 腐、○卵、○いりこ、凍り豆 腐、○麦みそ、油揚げ | 米、○小麦粉、じゃがいも、 片栗粉、○砂糖、油、砂糖 | たまねぎ、にんじん、れん こん、ほうれんそう、切り干し だいこん、しめじ | かつお・昆布だし汁、かつ おだし汁、ケチャップ、酢、 しょうゆ、しょうゆ(うすく ち)、酒、みりん、食塩 | 野菜ポーロ | みそまん じゅう、お やついりこ |
| 16土 | 麻婆丼、ビーンズサラダ、 野菜スープ、果物 | 515.4(438.6) 17.8(17.5) 14.9(15.9) 1.4(1.1) | 木綿豆腐、豚ひき肉、ミッ クスビーンズ、淡色みそ | 米、片栗粉、マヨネーズ、ご ま油、砂糖 | りんご、たまねぎ、にん じん、えのきたけ、ほうれんそ う、コーン、きゅうり、こま つな、干ししいたけ | しょうゆ、酒、洋風だしの 素、食塩 | 星せんべい | 幼児用菓子 |
| 18月 | ごはん、ミートローフ、 キャベツソテー、ポテトサ ラダ、みそ汁 | 476.9(395.6) 16.0(13.0) 15.1(12.0) 1.0(0.8) | 豚ひき肉、○卵、木綿豆腐、 ○脱脂粉乳、麦みそ、○きな 粉 | 米、じゃがいも、○小麦粉、 ○油、片栗粉、○砂糖、油、 マヨネーズ(全卵型)、砂糖 | たまねぎ、キャベツ、だい こん、にんじん、はくさい、こ まつな、きゅうり、ピーマ ン、ひじき | 煮干だし汁、ケチャップ、 しょうゆ、酒、みりん、食塩 | 米ソフトせ んべい | きな粉ケ ーキ |
| 19火 | お弁当の日 | | | | | | 全粒粉ビス ケット | 幼児用菓子 |
| 20水 | ごはん、魚の磯辺焼き、大 豆の五目煮、切干し大根サ ラダ、みそ汁 | 470.5(396.6) 18.8(18.3) 6.3(8.3) 1.4(1.2) | 魚、大豆(乾)、麦みそ、ツ ナ水煮缶、○いりこ、凍り豆 腐 | 米、○米、さつまいも、米 粉、片栗粉、砂糖、板こん にゃく、なたね油、○砂糖 | たまねぎ、はくさい、にん じん、ほうれんそう、きゅう り、ごぼう、コーン、切り干 しだいこん、○ひじき、あ おのり | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、○かつお・昆布だ し汁、しょうゆ、酢、みりん、 ○しょうゆ、○みりん、食塩 | 星せんべい | おにぎり (ひじ き)、チ ーズ |
| 21木 | ごはん、フレーンコロッ ケ、キャベツのコーン煮、 金時豆の甘煮、みそ汁 | 473.0(395.7) 15.9(12.5) 8.7(7.0) 1.2(1.0) | 豚ひき肉、いんげんまめ (乾)、○チーズ、麦みそ、 ○脱脂粉乳、○いりこ、卵 | 米、じゃがいも、○小麦粉、 パン粉、油、○砂糖、小麦 粉、砂糖 | たまねぎ、キャベツ、だい こん、こまつな、しめじ、こ ん、にんじん、切り干しだい こん、◎りんご | 煮干だし汁、食塩 | 果物 | チーズ蒸し まんじゅ う、おやつ いりこ |
| 22金 | ごはん、魚の焼きおろし 煮、きんぴらごぼう、ほう れんそうの白あえ、みそ汁 | 483.4(442.5) 19.2(15.4) 12.5(10.0) 1.3(1.0) | 魚、木綿豆腐、○豆乳、麦み そ、○脱脂粉乳、○いりこ | 米、○さつまいも、○小麦 粉、○強力粉、じゃがいも、 ○なたね油、○砂糖、砂糖、 すりごま | たまねぎ、だいこん、ほう れんそう、にんじん、ごぼう、 かぼちゃ、生わかめ、ピーマ ン、ねぎ | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、しょうゆ、酒、本みり ん、食塩 | 野菜ポーロ | おさつス コーン、お やついりこ |
| 23土 | 中華丼、はるさめサラダ、 あおみ野菜、野菜スープ、 フルーツヨーグルト | 435.8(366.4) 16.6(16.5) 7.3(9.1) 1.5(1.3) | 豚肉(もも)、ヨーグルト(無 糖)、ツナ水煮缶 | 米、砂糖、はるさめ、片栗粉 | はくさい、たまねぎ、みかん 缶、バナナ、にんじん、りん ご、えのきたけ、きゅうり、 ほうれんそう、フロッ キー、コーン、干ししいたけ | 酒、しょうゆ(うすくち)、 酢、洋風だしの素、し ょうゆ、食塩、中華だしの素 | 星せんべい | 幼児用菓子 |
| 25月 | ごはん、鶏のケチャップ 煮、はるさめともやしのソ テー、大根とツナのあえ 物、みそ汁 | 506.2(419.9) 17.4(14.1) 12.9(10.4) 1.4(1.1) | 鶏もも肉(皮付き)、麦み そ、ツナ水煮缶 | 米、○米、さつまいも、片栗 粉、はるさめ、マヨネーズ、 ○油、○砂糖、○ごま、なた ね油 | たまねぎ、きゅうり、にん じん、だいこん、はくさい、も やし、こまつな、コーン、○ 切り干しだいこん | 煮干だし汁、ケチャップ、 しょうゆ、○しょうゆ、○ 酢、食塩 | 米ソフトせ んべい | おにぎり (はりは り)、チ ーズ |
| 26火 | ごはん、スパニッシュオム レツ、大根とあげの煮物、 白菜とほうれん草のおかか 和え、みそ汁 | 462.9(413.1) 16.3(14.0) 14.5(12.7) 1.3(1.2) | 卵、鶏ひき肉、○牛乳、○パ ター、麦みそ、油揚げ、脱脂 粉乳、チーズ、かつお節 | 米、○小麦粉、じゃがいも、 さつまいも、○砂糖、○すり ごま、砂糖 | たまねぎ、だいこん、はく さい、ほうれんそう、しめじ、 にんじん、ピーマン、エリン ギ | 煮干だし汁、かつおだし汁、 しょうゆ、酒 | 全粒粉ビス ケット | ごまク ッキー、チ ーズ |
| 27水 | カレーライス、野菜の和え 物 | 595.4(497.2) 15.9(16.0) 16.0(16.1) 1.7(1.4) | 鶏もも肉(皮付き)、○パ ター、○いりこ | 米、じゃがいも、○焼 び、○砂糖、油 | たまねぎ、にんじん、はく さい、きゅうり | カレーウ、しょうゆ(うす くち)、みりん | 星せんべい | お麩ラ スク、おやつ いりこ |
| 28木 | ごはん、松風焼き、にん じんしりしり、マセドアンサ ラダ、みそ汁 | 461.5(386.3) 17.3(13.9) 10.4(8.4) 1.2(1.0) | 鶏ひき肉、木綿豆腐、○ツ ナ水煮缶、麦みそ、ツナ水 煮缶、○チーズ、凍り豆腐、 米みそ(淡色みそ) | 米、じゃがいも、○小麦粉、 ○強力粉、片栗粉、○マヨ ネーズ(全卵型)、マヨネ ーズ、ごま、なたね油 | たまねぎ、にんじん、だい こん、○コーン(冷凍)、はく さい、こまつな、きゅうり、 あおのり、◎りんご | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、酒、みりん、し ょうゆ、○食塩、食塩 | 果物 | ツナコー ンのおや き |
| 29金 | ごはん、じゃが芋と鶏肉の ゴマ煮、炒り豆腐、コー ルスローサラダ、みそ汁 | 448.4(415.8) 15.6(12.8) 9.1(7.3) 1.0(0.8) | 鶏もも肉(皮付き)、木綿豆 腐、○豆乳、麦みそ、○脱脂 粉乳、○いりこ | 米、○さつまいも、じゃがい も、しらたき、○片栗粉、マ ヨネーズ、すりごま、砂糖、 ○砂糖 | たまねぎ、キャベツ、こまつ な、はくさい、にんじん、ほ うれんそう、きゅうり、しめ じ、ごぼう、コーン | 煮干だし汁、かつお・昆布だ し汁、しょうゆ、米酢、酒、 みりん、食塩 | 野菜ポーロ | さつまい もち、おや ついりこ |
| 30土 | お好み焼き、おにぎり、切 干し大根サラダ、牛乳ス ープ、果物 | 445.2(364.3) 16.5(16.1) 14.0(14.1) 1.0(0.8) | 牛乳、豚ひき肉、卵、しら す干し、とろけるチーズ、かつ お節 | 米、小麦粉、じゃがいも、 油、マヨネーズ、砂糖 | バナナ、キャベツ、にん じん、たまねぎ、ほうれんそ う、にら、えのきたけ、こ ん、切り干しだいこん | 中濃ソース、ケチャップ、洋 風だしの素、食塩 | 星せんべい | 幼児用菓子 |

※ 食材の仕入れなどにより、献立・材料が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

0.1.2歳児クラス(ナースリー)の給食は、家庭での食事の様子に合わせて、献立内容が変更になります。
まだ食べたことのない食材を家庭で食べて、アレルギー症状などの問題がない場合は、お知らせください。給食で提供します。

※27日(水)は、カレーの日です。カレー皿とスプーンの準備をお願いします。(ナースリーは、スプーンは園のものを使用します。)