



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				血や肉をつくる	熱や力となる	体の調子をよくする
1・15・29	月	ごはん ミラノ風チキンカツ ポテトフライ コブサラダ 大根とわかめみそ汁	牛乳 のり茶漬け	鶏肉、ツナ、チーズ、みそ、かつお節、牛乳	米、パン粉、油、じゃがいも、クルトン、砂糖 ごま、ノンエッグマヨネーズ	きゅうり、きゃべつ、ブロッコリー、大根、玉ねぎ わかめ
2・23	火	ごはん ジャージャー豆腐 じゃことチップスサラダ 中華風コーンスープ パイナップル	牛乳 スイートポテトパイ	豆腐、豚肉、豆腐そぼろ、みそ、しらす、卵 かつお節、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、ポテトチップス、パイ さつまいも	玉ねぎ、たけのこ、きゅうり、人参、切干大根 コーン、ほうれん草、パイナップル
3・17	水	ごはん 赤魚の塩こうじ焼 小松菜のごま和え 炒り鶏 えのきと油揚げみそ汁	牛乳 チーズケーキ	赤魚、鶏肉、かつお節、油揚げ、みそ、チーズ 卵、生クリーム、牛乳	米、ごま、砂糖、じゃがいも、小麦粉	小松菜、もやし、人参、大根、干しいたけ、きゃべつ えのき
4・18	木	冷やし中華 チーズダッカルビ バナナ	牛乳 ツナマヨおにぎり	ハム、卵、かつお節、鶏肉、みそ、チーズ、牛乳 ツナ	中華麺、砂糖、ごま油、さつまいも、油、米 ノンエッグマヨネーズ、ごま	きゅうり、人参、もやし、トマト、玉ねぎ、きゃべつ
5・19	金	ごはん キーマカレー ごぼうサラダ チンゲン菜スープ	牛乳 カップヨーグルト ビスケット	豚肉、大豆、チーズ、生クリーム、ハム、ベーコン かつお節、牛乳、ヨーグルト	米、油、じゃがいも、砂糖、小麦粉、バター、ごま油 ノンエッグマヨネーズ、ビスケット	人参、玉ねぎ、ごぼう、きゃべつ、きゅうり、コーン チンゲン菜
6・20	土	ピピンパ舞 中華風豆腐汁 フルーツミックス	牛乳 コーンフレーククッキー	豚肉、鶏肉、豆腐、かつお節、バター、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、ごま、春雨、小麦粉 コーンフレーク	ほうれん草、もやし、人参、切干大根、玉ねぎ みかん缶、パイン缶
8・22	月	ごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼 スタミナ納豆 じゃがいもとわかめみそ汁	牛乳 フルーツ&ゼリーポンチ	鮭、チーズ、鶏肉、納豆、みそ、かつお節、牛乳	米、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、ごま油 じゃがいも、ゼリー	玉ねぎ、コーン、人参、にら、えのき、もも缶 みかん缶、パイン缶、わかめ
9 お誕生日献立	火	あじさいごはん チキンクリームソースかけ でんでんポテトサラダ ミネストローネ オレンジ	牛乳 ピーチカップ ビスケット	鮭、鶏肉、ハム、ちくわ、なると、かつお節 牛乳	米、じゃがいも、ノンエッグマヨネーズ、マカロニ 蒸しパンミックス、バター、砂糖、ビスケット	きゅうり、ピーマン、玉ねぎ、ほうれん草、人参 オレンジ
10・24	水	魚の蒲焼き丼 1歳児：魚の竜田焼 きゅうりの酢の物 たぬき汁 バナナ	牛乳 いなり寿司 1歳児：いなりごはん	カレイ、かつお節、豆腐、油揚げ、みそ、牛乳	米、油、砂糖	大根、人参、きゅうり、みかん缶、しめじ、ごぼう バナナ
11・25	木	ごはん 八宝菜 春雨サラダ わかめスープ 牛乳	お茶 かき氷アイス かぼちゃチップス	豚肉、なると、卵、かにかまぼこ、鶏肉、かつお節 牛乳	米、油、砂糖、ごま油、春雨、ごま かき氷アイス	白菜、たけのこ、きゃべつ、人参、玉ねぎ、チンゲン菜 豆苗、わかめ、小松菜、かぼちゃ
12・26	金	ぶっかけうどん 切干大根春巻き トマト カップヨーグルト	牛乳 おからドーナツ	豚肉、かつお節、さつまいも、ツナ、ヨーグルト 牛乳、おから	うどん、ごま、砂糖、春雨、ごま油、春巻き皮 油	もやし、きゅうり、人参、わかめ、切干大根 トマト
13・27	土	麻婆舞 マカロニサラダ 麩のすまし汁	牛乳 ココア蒸しパン	豆腐、豚肉、みそ、かつお節、ツナ、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、マカロニ、ノンエッグマヨネーズ 麩、蒸しパンミックス	玉ねぎ、干しいたけ、にら、人参、きゅうり えのき
16 わくわく献立	火	ごましおごはん けろけろコロッケ さわやかきゃべつ トマト ABCスープ 冷凍みかん	乳酸菌飲料 けろけろケーキ	ハム、豚肉、ちくわ、かつお節、牛乳 乳酸菌飲料、卵	米、ごま、じゃがいも、砂糖、パン粉、マカロニ バター、蒸しパンミックス、米せんべい	枝豆、きゃべつ、きゅうり、パイン缶、トマト 玉ねぎ、マッシュルーム、みかん、小松菜
30	火	タコライス フルーツヨーグルト チキンヌードルスープ	牛乳 コーンフレーククッキー	豚肉、大豆、チーズ、ヨーグルト、かつお節 牛乳	米、油、砂糖、バター、マカロニ、小麦粉 コーンフレーク	玉ねぎ、マッシュルーム、きゃべつ、トマト もも缶、バナナ、人参
				いただきますをたのしみに 		
			塩分(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
			*3歳未満児 1.4	427	17	15
			*3歳以上児 1.6	498	20	16

\*10時おやつ・・・1・2歳児には牛乳がつきます。  
※献立などは材料や仕入れの関係で変更する場合がございます。

\* 給食で使用しているポテトチップス・・・国産じゃがいもを使用し、添加物を使用していないポテトチップスです