

2021年 10月 給食献立表 (幼児)

	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日 金 15日 金	ごはん	豆腐入りのしどり 野菜サラダ コーンポタージュ	牛乳 菓子	鶏肉 かまぼこ 豆腐 スキムミルク 卵 牛乳 みそ	米 油 パン粉 砂糖 マヨネーズ	あおのり 玉ねぎ きゃべつ コーン缶 人参 きゅうり	534kcal 20.7g 脂: 21.1g 塩: 2.2g
2日 土 16日 土 30日 土	鶏と野菜の塩うどん	かぼちゃ煮 バナナ	牛乳 菓子	鶏肉 牛乳	うどん 砂糖	長ねぎ 人参 かぼちゃ バナナ	440kcal 16.1g 脂: 12.8g 塩: 2.5g
4日 月 18日 月	ナポリタン	チキンサラダ 大根とわかめのスープ ゼリー	牛乳 ゆかりおにぎり	ベーコン チーズ ささみ 牛乳	スパゲティ ごま油 バター ごま 砂糖 ゼリー 油 米	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン缶 ケチャップ 大根 きゃべつ わかめ	520kcal 21.4g 脂: 14.4g 塩: 1.5g
5日 火 19日 火	ごはん	さわらの西京焼き 高野豆腐の煮物 きのこ汁	牛乳 さつま芋蒸しパン	さわら 牛乳 味噌 卵 高野豆腐 豆腐	米 さつま芋 砂糖 油 H/M	大根 しめじ 人参 長ねぎ えのき まいたけ	530kcal 23.4g 脂: 18.2g 塩: 1.8g
6日 水 20日 水	ごはん	ポークカレー きゃべつとコーンのサラダ ⑩わかめと水菜のすまし汁	牛乳 菓子	豚肉 かにかま 牛乳	米 マヨネーズ じゃが芋 油 砂糖	人参 きゅうり 玉ねぎ コーン缶 ケチャップ わかめ きゃべつ 水菜	561kcal 16.3g 脂: 24.2g 塩: 2.4g
7日 木 21日 木	ごはん	チキンカツ 3色野菜のおかか和え けんちん汁	牛乳 いとこ煮	鶏肉 牛乳 かつお節 あずき さつま揚げ 豆腐	米 里いも 薄力粉 こんにゃく パン粉 ごま油 油 砂糖	小松菜 ごぼう 人参 長ねぎ もやし かぼちゃ 大根	511kcal 32.1g 脂: 14.4g 塩: 1.4g
8日 金 22日 金	ごはん	生姜焼き ごまネーズ和え 油揚げの味噌汁	牛乳 マカロニきな粉	豚肉 きな粉 油揚げ 味噌 牛乳	米 マカロニ 油 砂糖 ごま マヨネーズ	プロックリー えのき 人参 きゅうり 玉ねぎ	509kcal 23.5g 脂: 18.5g 塩: 1.4g
9日 土 23日 土	そばろ丼	ほうれん草のナムル 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 菓子	鶏肉 味噌 卵 牛乳 豆腐 油揚げ	米 砂糖 ごま油 ごま	ほうれん草 もやし 人参 わかめ	552kcal 23.1g 脂: 21.6g 塩: 2.3g
11日 月 25日 月	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 粉ふき芋 野菜スープ	フルーチェ 菓子	豚肉 豆腐 牛乳	米 じゃが芋 しらたき 油 砂糖	玉ねぎ きゃべつ しめじ チンゲンサイ ピーマン 人参 あおのり	437kcal 15.4g 脂: 11.2g 塩: 1.4g
12日 火 26日 火	中華丼	切干大根のツナマヨサラダ 青菜とえのきの味噌汁	牛乳 ジャムサンドパン	豚肉 牛乳 かまぼこ ツナ缶 味噌	米 マヨネーズ ごま油 ごま 砂糖 食パン 片栗粉 マーガリン	白菜 きゅうり 人参 小松菜 玉ねぎ えのき 切干大根 いちごジャム	530kcal 20.4g 脂: 19.3g 塩: 2.6g
13日 水 27日 水	ごはん	豆腐のおとし揚げ ひじきの和え物 なめこの味噌汁	牛乳 菓子	豆腐 鶏肉 味噌 牛乳	米 砂糖 片栗粉 ごま 油 ごま油	れんこん コーン缶 長ねぎ 人参 ひじき なめこ 小松菜 水菜	580kcal 18.5g 脂: 19.9g 塩: 2.0g
14日 木	ごはん	かじきの照り焼き プロックリーの磯辺和え きゃべつの味噌汁	牛乳 豆乳もち	かじき きな粉 味噌 牛乳 豆乳	米 油 砂糖 片栗粉	プロックリー 水菜 人参 のり きゃべつ	474kcal 23.7g 脂: 14.1g 塩: 1.4g
28日 木 	にんじんごはん	マカロニグラタン プロックリー じゃが芋と野菜のスープ	牛乳 ホットケーキ	鶏肉 卵 牛乳 スキムミルク チーズ	米 薄力粉 マカロニ パン粉 H/M マヨネーズ バター じゃが芋	人参 玉ねぎ プロックリー きゃべつ	608kcal 23.4g 脂: 19.8g 塩: 1.7g
29日 金 	ごはん	カレーマヨチキン フレンチサラダ きのことうれん草のミルクスープ	かぼちゃプリン	鶏肉 卵 かにかま 生クリーム ベーコン 牛乳	米 砂糖 マヨネーズ 片栗粉 油	きゃべつ かぼちゃ 人参 ほうれん草 きゅうり しめじ	487kcal 26.2g 脂: 16.3g 塩: 1.6g

⇒その他連絡事項

26日は園外保育です。お弁当持参してください。

献立を変更する場合があります。ご了承ください。



今月の平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
520kcal	21.7g	17.6g	1.9g

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
1日 金 15日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豆腐入りのしどり 野菜サラダ コーンポタージュ	やわらかごはん 豆腐入りのしどり 野菜サラダ コーンポタージュ	ごはん 豆腐入りのしどり 野菜サラダ コーンポタージュ
	午後食		お茶・鮭かゆ	お茶・鮭かゆ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・鮭・豆腐・味噌・スキムミルク 牛乳・米・パン粉・青のり・きゃべつ 人参・きゅうり・玉ねぎ・コーン缶	鶏肉・鮭・豆腐・味噌・スキムミルク 牛乳・米・パン粉・青のり・きゃべつ 人参・きゅうり・玉ねぎ・コーン缶	鶏肉・豆腐・卵・味噌・かまぼこ・スキムミルク 牛乳・米・パン粉・マヨネーズ・青のり・きゃべつ 人参・きゅうり・玉ねぎ・コーン缶
2日 土 16日 土 30日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		鶏と野菜の塩うどん かぼちゃ煮 バナナ	鶏と野菜の塩うどん かぼちゃ煮 バナナ	鶏と野菜の塩うどん かぼちゃ煮 バナナ
	午後食		お茶・おじや	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・うどん・長ねぎ・人参 かぼちゃ・バナナ・米	鶏肉・うどん・長ねぎ・人参 かぼちゃ・バナナ・米	鶏肉・牛乳・うどん・長ねぎ・人参 かぼちゃ・バナナ
4日 月 18日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		ナポリタン風うどん チキンサラダ 大根とわかめのスープ	やわらかナポリタン チキンサラダ 大根とわかめのスープ	ナポリタン チキンサラダ 大根とわかめのスープ ゼリー
	午後食		お茶・ゆかりかゆ	お茶・ゆかりかゆ	牛乳・ゆかりおにぎり
	食材		ささみ・スパゲティ・米・ゆかり 玉ねぎ・ピーマン きゃべつ・人参・コーン缶・大根・わかめ	ささみ・パグティ・米・ゆかり 玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ きゃべつ・人参・コーン缶・大根・わかめ	ベーコン・ささみ・チーズ・牛乳・スパゲティ ごま油・ごま・玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ・バター きゃべつ・人参・コーン缶・大根・わかめ
5日 火 19日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ さわらの西京焼き 高野豆腐の煮物 きのこ汁	やわらかごはん さわらの西京焼き 高野豆腐の煮物 きのこ汁	ごはん さわらの西京焼き 高野豆腐の煮物 きのこ汁
	午後食		お茶・さつま芋かゆ	お茶・さつま芋かゆ	牛乳・さつま芋蒸しパン
	食材		さわら・味噌・高野豆腐・豆腐 米・さつま芋・大根・人参・えのき まいたけ・しめじ・長ねぎ	さわら・味噌・高野豆腐・豆腐 米・さつま芋・大根・人参・えのき まいたけ・しめじ・長ねぎ	さわら・味噌・高野豆腐・豆腐・牛乳 米・H/M・さつま芋・大根・人参・えのき まいたけ・しめじ・長ねぎ
6日 水 20日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ じゃが芋のうま煮 きゃべつとコーンのサラダ ②わかめと水菜のすまし汁	やわらかごはん じゃが芋のうま煮 きゃべつとコーンのサラダ ②わかめと水菜のすまし汁	ごはん ポークカレー きゃべつとコーンのサラダ ②わかめと水菜のすまし汁
	午後食		お茶・煮込みうどん	お茶・煮込みうどん	牛乳・菓子
	食材		豚肉・米・じゃが芋・うどん 人参・玉ねぎ・きゃべつ きゅうり・コーン缶・わかめ・水菜	豚肉・米・じゃが芋・うどん 人参・玉ねぎ・ケチャップ・きゃべつ きゅうり・コーン缶・わかめ・水菜	豚肉・かにかま・牛乳・米・じゃが芋 マヨネーズ・人参・玉ねぎ・ケチャップ・きゃべつ きゅうり・コーン缶・わかめ・水菜
7日 木 21日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ チキンソテー 3色野菜のおかか和え けんちん汁	やわらかごはん チキンソテー 3色野菜のおかか和え けんちん汁	ごはん チキンカツ 3色野菜のおかか和え けんちん汁
	午後食		お茶・かぼちゃかゆ	お茶・かぼちゃかゆ	牛乳・いとこ煮
	食材		鶏肉・かつお節・豆腐・ごぼう 米・里芋・大根 小松菜・人参・もやし・長ねぎ・かぼちゃ	鶏肉・かつお節・豆腐・ごぼう 米・里芋・大根 小松菜・人参・もやし・長ねぎ・かぼちゃ	鶏肉・かつお節・さつま揚げ・豆腐・牛乳・ごぼう あずき・米・薄力粉・パン粉・里芋・こんにゃく・大根 ごま油・小松菜・人参・もやし・長ねぎ・かぼちゃ

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
8日 金 22日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 生姜焼き ブロッコリーサラダ たまねぎの味噌汁	やわらかごはん 生姜焼き ブロッコリーサラダ 油揚げの味噌汁	ごはん 生姜焼き ごまネーズ和え 油揚げの味噌汁
	午後食		お茶・きな粉パンがゆ 豚肉・味噌・牛乳・きな粉・米 ブロッコリー・食パン 人参・きゅうり・玉ねぎ・えのき	お茶・きな粉パンがゆ 豚肉・油揚げ・味噌・牛乳・きな粉・米 マカロニ・ブロッコリー・食パン 人参・きゅうり・玉ねぎ・えのき	牛乳・マカロニきな粉 豚肉・油揚げ・味噌・牛乳・きな粉・米 ごま・マヨネーズ・マカロニ・ブロッコリー 人参・きゅうり・玉ねぎ・えのき
9日 土 23日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		とりそぼろかゆ ほうれん草のナムル 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	とりそぼろかゆ ほうれん草のナムル 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	牛乳・菓子 そぼろ丼 ほうれん草のナムル 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ
	午後食		お茶・おじや 鶏肉・豆腐・味噌 米・ほうれん草・もやし 人参・わかめ	お茶・おじや 鶏肉・豆腐・油揚げ・味噌 米・ほうれん草・もやし 人参・わかめ	牛乳・菓子 鶏肉・卵・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳 米・ごま油・ごま・ほうれん草・もやし 人参・わかめ
11日 月 25日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 粉ふき芋 野菜スープ	やわらかごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 粉ふき芋 野菜スープ	ごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 粉ふき芋 野菜スープ
	午後食		お茶・ツナかゆ 豚肉・豆腐・米・じゃが芋 玉ねぎ・しめじ・ピーマン・青のり きゃべつ・チンゲンサイ・人参・ツナ缶	お茶・ツナかゆ 豚肉・豆腐・米・じゃが芋 玉ねぎ・しめじ・ピーマン・青のり きゃべつ・チンゲンサイ・人参・ツナ缶	牛乳・菓子 フルーチェ・菓子 豚肉・豆腐・牛乳・米・しらたき・じゃが芋 玉ねぎ・しめじ・ピーマン・青のり きゃべつ・チンゲンサイ・人参
12日 火 26日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食		野菜あんかけかゆ 切干大根のツナサラダ 青菜とえのきの味噌汁	野菜あんかけかゆ 切干大根のツナサラダ 青菜とえのきの味噌汁	中華丼 切干大根のツナマヨサラダ 青菜とえのきの味噌汁
	午後食		お茶・ジャムのせパンがゆ 豚肉・ツナ缶・味噌・牛乳 米・食パン・白菜 人参・きゅうり・切干大根・玉ねぎ・小松菜・えのき	お茶・ジャムのせパンがゆ 豚肉・ツナ缶・味噌・牛乳 米・食パン・白菜 人参・きゅうり・切干大根・玉ねぎ・小松菜・えのき	牛乳・ジャムサンドパン 豚肉・かまぼこ・ツナ缶・味噌・牛乳・マーガリン チーズ・米・ごま油・マヨネーズ・ごま・食パン・白菜 人参・きゅうり・切干大根・玉ねぎ・小松菜・えのき
13日 水 27日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		ごはん 豆腐団子煮 ひじきの和え物 なめこの味噌汁	ごはん 豆腐団子煮 ひじきの和え物 なめこの味噌汁	ごはん 豆腐のおとし揚げ ひじきの和え物 なめこの味噌汁
	午後食		お茶煮込みうどん 豆腐・鶏肉・味噌・米・うどん れんこん・長ねぎ・ひじき・小松菜 コーン缶・人参・なめこ・水菜	お茶煮込みうどん 豆腐・鶏肉・味噌・米・うどん れんこん・長ねぎ・ひじき・小松菜 コーン缶・人参・なめこ・水菜	牛乳・菓子 なめこの味噌汁 豆腐・鶏肉・味噌・牛乳・米・ごま油 ごま・れんこん・長ねぎ・ひじき・小松菜 コーン缶・人参・なめこ・水菜
14日 木	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食		ごはん かじきの照り焼き ブロッコリーの磯辺和え きゃべつの味噌汁	ごはん かじきの照り焼き ブロッコリーの磯辺和え きゃべつの味噌汁	ごはん かじきの照り焼き ブロッコリーの磯辺和え きゃべつの味噌汁
	午後食		お茶・きな粉がゆ かじき・味噌・きな粉 米・ブロッコリー・にんじん・のり きゃべつ・水菜	お茶・きな粉がゆ かじき・味噌・きな粉 米・ブロッコリー・にんじん・のり きゃべつ・水菜	牛乳・豆乳もち かじき・味噌・牛乳・豆乳・きな粉 米・ブロッコリー・にんじん・のり きゃべつ・水菜・ヨーグルト
28日 木 	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食		にんじんかゆ チキンソテー ブロッコリー じゃが芋と野菜のスープ	にんじんかゆ マカロニソテー ブロッコリー じゃが芋と野菜のスープ	にんじんごはん マカロニグラタン ブロッコリー じゃが芋と野菜のスープ
	午後食		お茶・パンがゆ 鶏肉・牛乳・きゃべつ 米・食パン じゃが芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー	お茶・パンがゆ 鶏肉・牛乳・きゃべつ 米・マカロニ・食パン じゃが芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー	ホットケーキ 鶏肉・牛乳・スキムミルク・チーズ・卵・きゃべつ ヨーグルト・米・マカロニ・バター・薄力粉・パン粉 マヨネーズ・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・H/M
29日 金 	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 照り焼きチキン フレンチサラダ きのこほうれん草のミルクスープ	ごはん 照り焼きチキン フレンチサラダ きのこほうれん草のミルクスープ	ごはん カレーマヨチキン フレンチサラダ きのこほうれん草のミルクスープ
	午後食		お茶・かぼちゃかゆ 鶏肉・牛乳 米・きゃべつ 人参・きゅうり・しめじ・ほうれん草・かぼちゃ	お茶・かぼちゃかゆ 鶏肉・牛乳 米・きゃべつ 人参・きゅうり・しめじ・ほうれん草・かぼちゃ	かぼちゃプリン 鶏肉・かにかま・ベーコン・牛乳・卵 生クリーム・米・マヨネーズ・きゃべつ 人参・きゅうり・しめじ・ほうれん草・かぼちゃ

2021年 10月 給食献立表 (乳児)

ひなた保育園

	午前 おやつ	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日 金 15日 金	牛乳 菓子	ごはん	豆腐入りのしどり 野菜サラダ コーンポタージュ	牛乳 菓子	鶏肉 かまぼこ 豆腐 スキムミルク 卵 牛乳 みそ	米 油 パン粉 砂糖 マヨネーズ	あおのり 玉ねぎ きゃべつ コーン缶 人参 きゅうり	485kcal 18.9g 脂: 19.7g 塩: 1.8g
2日 土 16日 土 30日 土	牛乳 菓子	鶏と野菜の煮うどん	かぼちゃ煮 バナナ	牛乳 菓子	鶏肉 牛乳	うどん 砂糖	長ねぎ 人参 かぼちゃ バナナ	406kcal 15.0g 脂: 13.5g 塩: 2.0g
4日 月 18日 月	牛乳 チーズ	ナポリタン	チキンサラダ 大根とわかめのスープ ゼリー	牛乳 ゆかりおにぎり	ベーコン チーズ ささみ 牛乳	スパゲティ ごま油 バター ごま 砂糖 ゼリー 油 米	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン缶 ケチャップ 大根 きゃべつ わかめ	489kcal 21.4g 脂: 16.4g 塩: 1.5g
5日 火 19日 火	牛乳 菓子	ごはん	さわらの西京焼き 高野豆腐の煮物 きのこ汁	牛乳 さつま芋蒸しパン	さわら 牛乳 味噌 卵 高野豆腐 豆腐	米 さつま芋 砂糖 油 H/M	大根 しめじ 人参 長ねぎ えのき まいたけ	486kcal 21.0g 脂: 18.2g 塩: 1.5g
6日 水 20日 水	牛乳 菓子	ごはん	ポークカレー きゃべつとコーンのサラダ ⑩わかめと水菜のすまし汁	牛乳 菓子	豚肉 かにかま 牛乳	米 マヨネーズ じゃが芋 油 砂糖	人参 きゅうり 玉ねぎ コーン缶 ケチャップ わかめ きゃべつ 水菜	504kcal 15.2g 脂: 21.7g 塩: 2.0g
7日 木 21日 木	牛乳 菓子	ごはん	チキンカツ 3色野菜のおかか和え けんちん汁	牛乳 いとこ煮	鶏肉 牛乳 かつお節 あずき さつま揚げ 豆腐	米 里いも 薄力粉 こんにゃく パン粉 ごま油 油 砂糖	小松菜 ごぼう 人参 長ねぎ もやし かぼちゃ 大根	465kcal 27.8g 脂: 13.8g 塩: 1.2g
8日 金 22日 金	牛乳 菓子	ごはん	生姜焼き ごまネーズ和え 油揚げの味噌汁	牛乳 マカロニきな粉	豚肉 きな粉 油揚げ 味噌 牛乳	米 マカロニ 油 砂糖 ごま マヨネーズ	フロccoliー えのき 人参 きゅうり 玉ねぎ	471kcal 21.2g 脂: 18.7g 塩: 1.2g
9日 土 23日 土	牛乳 菓子	そばろ丼	ほうれん草のナムル 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 菓子	鶏肉 味噌 卵 牛乳 豆腐 油揚げ	米 砂糖 ごま油 ごま	ほうれん草 もやし 人参 わかめ	499kcal 20.8g 脂: 20.1g 塩: 1.9g
11日 月 25日 月	牛乳 菓子	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 粉ふき芋 野菜スープ	フルーチェ 菓子	豚肉 豆腐 牛乳	米 じゃが芋 しらたき 油 砂糖	玉ねぎ きゃべつ しめじ チンゲンサイ ピーマン 人参 あおのり	424kcal 15.3g 脂: 13.3g 塩: 1.2g
12日 火 26日 火	牛乳 チーズ	中華丼	切干大根のツナマヨサラダ 青菜とえのきの味噌汁	牛乳 ジャムサンドパン	豚肉 牛乳 かまぼこ チーズ ツナ缶 味噌	米 マヨネーズ ごま油 ごま 砂糖 食パン 片栗粉 マーガリン	白菜 きゅうり 人参 小松菜 玉ねぎ えのき 切干大根 いちごジャム	492kcal 20.5g 脂: 20.3g 塩: 2.4g
13日 水 27日 水	牛乳 菓子	ごはん	豆腐のおとし揚げ ひじきの和え物 なめこの味噌汁	牛乳 菓子	豆腐 鶏肉 味噌 牛乳	米 砂糖 片栗粉 ごま 油 ごま油	れんこん コーン缶 長ねぎ 人参 ひじき なめこ 小松菜 水菜	520kcal 16.9g 脂: 18.3g 塩: 1.7g
14日 木	ヨーグルト	ごはん	かじきの照り焼き ブロッコリーの磯辺和え きゃべつの味噌汁	牛乳 豆乳もち	かじき きな粉 味噌 ヨーグルト 牛乳 豆乳	米 油 砂糖 片栗粉	フロccoliー 水菜 人参 のり きゃべつ	412kcal 21.2g 脂: 12.9g 塩: 1.2g
28日 木 	ヨーグルト	にんじんごはん	マカロニグラタン ブロッコリー じゃが芋と野菜のスープ	牛乳 ホットケーキ	鶏肉 卵 牛乳 ヨーグルト スキムミルク チーズ	米 薄力粉 マカロニ パン粉 H/M マヨネーズ バター じゃが芋	人参 玉ねぎ ブロッコリー きゃべつ	519kcal 20.9g 脂: 17.5g 塩: 1.4g
29日 金 	牛乳 菓子	ごはん	カレーマヨチキン フレンチサラダ きのこほうれん草のミルクスープ	かぼちゃプリン	鶏肉 卵 かにかま 生クリーム ベーコン 牛乳	米 砂糖 マヨネーズ 片栗粉 油	きゃべつ かぼちゃ 人参 ほうれん草 きゅうり しめじ	461kcal 23.5g 脂: 16.0g 塩: 1.2g

⇒その他連絡事項

26日は園外保育です。のいちご組はお弁当持参してください
献立を変更する場合があります。ご了承ください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
474kcal	20.0g	17.2g	1.6g