

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
1日 火 16日 水	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 おひたし もやしの味噌汁	やわらかごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 おひたし もやしの味噌汁	ごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 おひたし もやしと油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・さつま芋がゆ	牛乳・スイートポテト
	食材		豚肉・鯉節・味噌・豆腐 米・さつま芋・砂糖・玉ねぎ ピーマン・白菜・もやし・しめじ・小松菜・人参・小ねぎ	豚肉・鯉節・味噌・豆腐 米・油・さつま芋・砂糖・玉ねぎ ピーマン・白菜・もやし・しめじ・小松菜・人参・小ねぎ	豚肉・鯉節・味噌・牛乳・豆腐・油揚げ・卵 米・油・さつま芋・砂糖・バター・玉ねぎ ピーマン・白菜・もやし・しめじ・小松菜・人参・小ねぎ
2日 水 17日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 照り焼きチキン にんじんの金平 キャベツの味噌汁	やわらかごはん 照り焼きチキン れんこんの金平 キャベツの味噌汁	ごはん 照り焼きチキン れんこんの金平 キャベツの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豚肉・味噌 米・砂糖 人参・キャベツ・水菜	鶏肉・豚肉・味噌 米・油・砂糖 人参・れんこん・キャベツ・水菜	鶏肉・豚肉・牛乳・チーズ・味噌 米・油・砂糖・ごま油・ごま 人参・れんこん・キャベツ・水菜
3日 木 18日 金	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食 		おかゆ きのこ鶏肉の煮物 もやしの和え物 豆腐とわかめのすまし汁	やわらかごはん きのこ鶏肉の煮物 バンサンスー 豆腐とわかめのすまし汁	ごはん きのこカレー バンサンスー 豆腐とわかめのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・マヨチーズトースト
	食材		鶏肉・豆腐・米・わかめ じゃが芋・砂糖 しめじ・舞茸・玉ねぎ・人参・きゅうり・もやし	鶏肉・豆腐・米・わかめ じゃが芋・春雨・砂糖・食パン しめじ・舞茸・玉ねぎ・人参・きゅうり・もやし	鶏肉・豆腐・ヨーグルト・牛乳・粉チーズ・米・わかめ じゃが芋・春雨・ごま油・砂糖・食パン・マヨネーズ しめじ・舞茸・玉ねぎ・人参・りんご・きゅうり・もやし
4日 金 21日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 白身魚のあんかけ 三色野菜のおかか和え 里芋と大根の味噌汁	やわらかごはん 白身魚のあんかけ 三色野菜のおかか和え 里芋と大根の味噌汁	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ 三色野菜のおかか和え 里芋と大根の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・菓子
	食材		たら・鯉節・味噌・米 砂糖・片栗粉・里芋・玉ねぎ・人参 小松菜・もやし・大根・長ねぎ	たら・鯉節・味噌・米・青のり 砂糖・片栗粉・里芋・玉ねぎ・人参 小松菜・もやし・大根・長ねぎ	たら・鯉節・油揚げ・味噌・米・薄力粉・牛乳 油・砂糖・片栗粉・里芋・玉ねぎ・人参 小松菜・もやし・大根・長ねぎ
5日 土 19日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		鶏そぼろがゆ かぼちゃ煮 大根とえのきの味噌汁	鶏そぼろがゆ かぼちゃ煮 大根とえのきの味噌汁 バナナ	鶏そぼろ丼 かぼちゃ煮 大根とえのきの味噌汁 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・味噌・米・砂糖 人参・玉ねぎ・かぼちゃ・大根 えのき	鶏肉・味噌・米・砂糖 人参・玉ねぎ・かぼちゃ・大根 えのき・バナナ	鶏肉・味噌・牛乳・米・砂糖 人参・玉ねぎ・かぼちゃ・大根 えのき・バナナ
7日 月 25日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ つくね焼き 白菜のドレッシング和え なめこの味噌汁	やわらかごはん つくね焼き 白菜のドレッシング和え なめこの味噌汁	ごはん ごまつくね焼き 白菜のドレッシング和え なめこの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・きなこがゆ	牛乳・きなこ蒸しパン
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・米・パン粉 油・砂糖 長ねぎ・白菜・人参・きゅうり・なめこ・水菜	鶏肉・豆腐・味噌・きな粉・米・パン粉 油・砂糖 長ねぎ・白菜・人参・きゅうり・なめこ・水菜	鶏肉・豆腐・味噌・牛乳・きな粉・米・パン粉 ごま・ごま油・油・砂糖・H/M・なめこ 長ねぎ・白菜・人参・きゅうり・なめこ・水菜
8日 火 23日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ みそ豚 きゅうりと人参のサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	やわらかごはん みそ豚 マカロニサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	ごはん みそ豚 マカロニサラダ 豆腐と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・味噌・豆腐・米 砂糖・玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり・水菜	豚肉・味噌・豆腐・米・油・マカロニ 砂糖・玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり・水菜	豚肉・味噌・豆腐・牛乳・米・油・マカロニ マヨネーズ・砂糖・玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり・水菜

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
9日 水 22日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		野菜あんかけうどん 豆腐のそぼろ煮	野菜あんかけうどん 豆腐のそぼろ煮 バナナ	野菜あんかけうどん 豆腐のおとし揚げ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・しらすがゆ	牛乳・ねぎしらすおにぎり
	食材		豚肉・豆腐・鶏肉・鯉節 うどん・片栗粉・米・キャベツ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜・もやし	豚肉・豆腐・鶏肉・しらす・鯉節 うどん・片栗粉・油・米・キャベツ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・れんこん・バナナ	豚肉・かまぼこ・豆腐・鶏肉・牛乳・チーズ・しらす・鯉節 うどん・ごま油・片栗粉・油・米・ごま・キャベツ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・れんこん・長ねぎ・バナナ
10日 木 28日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鮭の照り焼き さつまいとお豆のサラダ 野菜の味噌汁	やわらかごはん 鮭の照り焼き さつまいとお豆のサラダ 野菜の味噌汁	ごはん 鮭のカレームニエル さつまいとお豆のサラダ 野菜の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・豆腐がゆ	牛乳・豆乳もち
	食材		鮭・大豆・味噌・米 さつまい・砂糖・片栗粉 きゅうり・人参・キャベツ・玉ねぎ・もやし	鮭・大豆・味噌・豆腐・米 さつまい・砂糖 きゅうり・人参・キャベツ・玉ねぎ・もやし	鮭・大豆・油揚げ・味噌・牛乳・豆乳・きな粉・米 薄力粉・油・バター・さつまい・ごま・砂糖・片栗粉 マヨネーズ・きゅうり・人参・キャベツ・玉ねぎ・もやし
11日 金 30日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 洋風肉じゃが 野菜の和え物 野菜のスープ	やわらかごはん 洋風肉じゃが 野菜の和え物 野菜のスープ	ごはん 洋風肉じゃが 野菜とハムの和え物 コーンと野菜のスープ
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・卵サンド
	食材		豚肉・米・じゃが芋 玉ねぎ・人参 もやし・きゅうり・ほうれん草	豚肉・米・じゃが芋 食パン・玉ねぎ・人参 もやし・きゅうり・ほうれん草	豚肉・ハム・牛乳・卵・米・じゃが芋 ごま油・食パン・マヨネーズ・玉ねぎ・人参 ケチャップ・もやし・きゅうり・コーン・ほうれん草
12日 土 26日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		豚丼風がゆ さつまい煮 玉ねぎとわかめの味噌汁	豚丼風がゆ さつまい煮 玉ねぎとわかめの味噌汁 バナナ	豚丼 さつまい煮 油揚げの味噌汁 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじゃ	牛乳・菓子
	食材		豚肉・味噌・米・砂糖 さつまい・玉ねぎ 人参・えのき・わかめ	豚肉・味噌・米・砂糖 油・さつまい・玉ねぎ・バナナ 人参・えのき・わかめ	豚肉・油揚げ・味噌・牛乳・米・砂糖 油・さつまい・玉ねぎ・バナナ 人参・えのき・わかめ
15日 火 29日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		中華丼風がゆ ひじきの和え物 豆腐の中華スープ	中華丼風がゆ ひじきの和え物 豆腐の中華スープ	中華丼 ひじきの和え物 豆腐の中華スープ
	午後食		ミルク	お茶・鮭おじゃ	牛乳・菓子
	食材		豚肉・豆腐・米 砂糖・片栗粉・白菜・人参・玉ねぎ ひじき・小松菜・わかめ・小ねぎ	豚肉・豆腐・米・鮭 砂糖・片栗粉・白菜・人参・玉ねぎ ひじき・小松菜・わかめ・小ねぎ	豚肉・かまぼこ・豆腐・牛乳・米・ごま油 砂糖・片栗粉・ごま・白菜・人参・玉ねぎ ひじき・小松菜・コーン・わかめ・小ねぎ
24日 木 	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ スコップコロッケ フレンチサラダ コンソメスープ	やわらかごはん スコップコロッケ フレンチサラダ コンソメスープ	わかめごはん スコップコロッケ フレンチサラダ コンソメスープ
	午後食		ミルク	お茶・おじゃ	牛乳・マーメイドケーキ
	食材		豚肉・米・じゃが芋 パン粉・砂糖・わかめ・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり	豚肉・米・じゃが芋・油 パン粉・砂糖・わかめ・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり	豚肉・牛乳・豆乳・米・じゃが芋・油 パン粉・砂糖・H/M・わかめ・玉ねぎ・ケチャップ キャベツ・人参・きゅうり・マーメイドジャム
31日 木 	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 煮込みハンバーグ ブロッコリーのサラダ きのこほうれん草スープ	やわらかごはん 煮込みハンバーグ ブロッコリーのサラダ きのこほうれん草のスープ	ごはん おぼけハンバーグ ブロッコリーのサラダ きのこほうれん草のミルクスープ
	午後食		ミルク	お茶・かぼちゃがゆ	牛乳・かぼちゃクッキー
	食材		豚肉・おから・米 パン粉・砂糖・玉ねぎ ブロッコリー・しめじ・ほうれん草・かぼちゃ	豚肉・おから・米 パン粉・油・砂糖・玉ねぎ ケチャップ・ブロッコリー・しめじ・ほうれん草・かぼちゃ	豚肉・卵・ベーコン・牛乳・おから・米 パン粉・薄力粉・油・砂糖・ごま油・玉ねぎ ケチャップ・ブロッコリー・しめじ・ほうれん草・かぼちゃ

# 2024年 10月 給食献立表 (乳児)

	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 火 16日 水	牛乳菓子	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 おひたし もやしと油揚げの味噌汁	牛乳 スイートポテト	ぶたにく どうふ かつおぶし あぶらあげ みそ たまご ぎゅうにゅう	こめ しらたき あぶら さとう さつまいも バター	たまねぎ しめじ ピーマン こまつな はくさい にんじん もやし こねぎ	493kcal 20.1g 脂: 17.8g 塩: 1.3g
2日 水 17日 木	牛乳チーズ	ごはん	照り焼きチキン れんこんの金平 キャベツの味噌汁	牛乳菓子	とりにく みそ ぶたにく ぎゅうにゅう ちーず	こめ ごま あぶら さとう ごまあぶら	にんじん れんこん きゃべつ みずな	488kcal 22.5g 脂: 18.4g 塩: 1.7g
3日 木 18日 金	ヨーグルト	ごはん	きのかカレー パンサンスー 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 マヨチーズトースト	とりにく こなちーず とうふ よーぐると ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら じゃがいも さとう あぶら しょうばん はるさめ まよねーず	しめじ りんご まいだけ きゅうり たまねぎ もやし にんじん わかめ	439kcal 18.8g 脂: 15.8g 塩: 2.0g
4日 金 21日 月	牛乳菓子	ごはん	白身魚の甘酢あんかけ 三色野菜のおかか和え 里芋と大根の味噌汁	牛乳菓子	たら ぎゅうにゅう かつおぶし あぶらあげ みそ	こめ かたくりこ はくりきこ さといも あぶら さとう	たまねぎ だいこん にんじん ながねぎ こまつな もやし	470kcal 18.9g 脂: 18.4g 塩: 1.3g
5日 土 19日 土	牛乳菓子	鶏そぼろ丼	かぼちゃ煮 大根とえのきの味噌汁 バナナ	牛乳菓子	とりにく みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう	にんじん えのき たまねぎ ばなな かぼちゃ だいこん	473kcal 16.0g 脂: 13.4g 塩: 1.4g
7日 月 25日 金	牛乳菓子	ごはん	ごまつくね焼き 白菜のドレッシング和え なめこの味噌汁	牛乳 きなこ蒸しパン	とりにく きなこ とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら ばんこ さとう ごま H/M ごまあぶら	なめだけ きゅうり ながねぎ なめこ はくさい みずな にんじん	478kcal 19.4g 脂: 22.2g 塩: 1.5g
8日 火 23日 水	牛乳菓子	ごはん	みそ豚 マカロニサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら まかろに まよねーず	たまねぎ みずな きゃべつ にんじん きゅうり	507kcal 18.9g 脂: 24.2g 塩: 1.3g
9日 水 22日 火	牛乳チーズ	野菜あんかけ うどん	豆腐のおとし揚げ バナナ	牛乳 ねぎしらすおにぎり	ぶたにく ぎゅうにゅう かまぼこ ちーず とうふ しらす とりにく かつおぶし	うどん こめ ごまあぶら ごま かたくりこ あぶら	きゃべつ もやし にんじん れんこん たまねぎ ながねぎ ちんげんさい ばなな	496kcal 21.5g 脂: 19.3g 塩: 2.4g
10日 木 28日 月	牛乳菓子	ごはん	鮭のカレームニエル さつま芋とお豆のサラダ 野菜の味噌汁	牛乳 豆乳もち	さけ ぎゅうにゅう だいす とうにゅう あぶらあげ きなこ みそ	こめ さつまいも はくりきこ こま・さとう あぶら かたくりこ ばたー まよねーず	きゅうり もやし にんじん きゃべつ たまねぎ	503kcal 21.5g 脂: 17.7g 塩: 1.1g
11日 金 30日 水	牛乳菓子	ごはん	洋風肉じゃが 野菜とハムの和え物 コーンと野菜のスープ	牛乳 卵サンド	ぶたにく はむ ぎゅうにゅう たまご	こめ しょうばん じゃがいも まよねーず さとう ごまあぶら	たまねぎ きゅうり にんじん こーん けちやつぶ ほうれんそう もやし	465kcal 17.7g 脂: 15.2g 塩: 1.9g
12日 土 26日 土	牛乳菓子	豚丼	さつま芋煮 油揚げの味噌汁 バナナ	牛乳菓子	ぶたにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら さつまいも	たまねぎ ばなな にんじん えのき わかめ	506kcal 17.2g 脂: 16.7g 塩: 1.2g
15日 火 29日 火	牛乳菓子	中華丼	ひじきの和え物 豆腐の中華スープ	牛乳菓子	ぶたにく かまぼこ とうふ ぎゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら さとう かたくりこ	はくさい こまつな にんじん こーん たまねぎ わかめ ひじき こねぎ	472kcal 15.8g 脂: 16.9g 塩: 1.5g
24日 木 	牛乳菓子	わかめごはん	スコップコロケ フレンチサラダ コンソメスープ	牛乳 マーマレードケーキ	ぶたにく かにかま ぎゅうにゅう とうにゅう	こめ さとう じゃがいも H/M あぶら ばんこ	わかめ にんじん たまねぎ きゅうり けちやつぶ ほうれんそう きゃべつ	474kcal 15.2g 脂: 17.0g 塩: 1.4g
31日 木 	牛乳菓子	ごはん	おばけハンバーグ ブロッコリーとかにかまのサラダ きのこほうれん草のミルクスープ	牛乳 かぼちゃクッキー	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご おから かにかま ペーこん	こめ さとう ばんこ ごまあぶら はくりきこ あぶら	たまねぎ しめじ けちやつぶ ほうれんそう ぶろっこりー かぼちゃ こーん	587kcal 21.6g 脂: 26.7g 塩: 1.3g

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。  
8日(火)は園外保育の為、のいちご組はお弁当を持参してください。  
(雨天の場合も)



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
491kcal	19.0g	18.3g	1.5g

# 2024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 火 16日 水	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 おひたし もやしと油揚げの味噌汁	牛乳 スイートポテト	ぶたにく とうふ かつおぶし あぶらあげ みそ たまご ぎゅうにゅう	こめ しらたき あぶら さとう さつまいも パター	たまねぎ しめじ ピーマン こまつな はくさい にんじん もやし こねぎ	546kcal 22.1g 脂: 18.6g 塩: 1.4g
2日 水 17日 木	ごはん	照り焼きチキン れんこんの金平 キャベツの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく みそ ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ ごま あぶら さとう ごまあぶら	にんじん れんこん きゃべつ みずな	526kcal 22.9g 脂: 16.9g 塩: 1.7g
3日 木 18日 金	ごはん	きのこカレー パンサンスー 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 マヨチーズトースト	とりにく とうふ こなちーず ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら じゃがいも さとう あぶら しょうぼん はるさめ まよねーず	しめじ りんご まいだけ きゅうり たまねぎ もやし にんじん わかめ	508kcal 20.8g 脂: 17.7g 塩: 2.4g
4日 金 21日 月	ごはん	白身魚の甘酢あんかけ 三色野菜のおかか和え 里芋と大根の味噌汁	牛乳 菓子	たら ぎゅうにゅう かつおぶし あぶらあげ みそ	こめ かたくりこ はくりきこ さといも あぶら さとう	たまねぎ だいこん にんじん ながねぎ こまつな もやし	513kcal 21.1g 脂: 18.6g 塩: 1.8g
5日 土 19日 土	鶏そぼろ丼	かぼちゃ煮 大根とえのきの味噌汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう	にんじん えのき たまねぎ ばなな かぼちゃ だいこん	525kcal 17.4g 脂: 14.0g 塩: 1.6g
7日 月 25日 金	ごはん	ごまつくね焼き 白菜のドレッシング和え なめこの味噌汁	牛乳 きなこ蒸しパン	とりにく きなこ とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら ぼんこ さとう ごま H/M ごまあぶら	なめだけ きゅうり ながねぎ なめこ はくさい みずな にんじん	555kcal 22.8g 脂: 20.7g 塩: 1.8g
8日 火 23日 水	ごはん	みそ豚 マカロニサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら まかに まよねーず	たまねぎ みずな きゃべつ にんじん きゅうり	545kcal 20.7g 脂: 25.0g 塩: 1.6g
9日 水 22日 火	野菜あんかけ うどん	豆腐のおとし揚げ バナナ	牛乳 ねぎしらすおにぎり	ぶたにく ぎゅうにゅう かまぼこ かつおぶし とうふ しらす とりにく	うどん こめ ごまあぶら ごま かたくりこ あぶら	きゃべつ もやし にんじん れんこん たまねぎ ながねぎ ちんげんさい ばなな	532kcal 21.2g 脂: 18.6g 塩: 2.4g
10日 木 28日 月	ごはん	鮭のカレームニエル さつま芋とお豆のサラダ 野菜の味噌汁	牛乳 豆乳もち	さけ ぎゅうにゅう だいず とうにゅう あぶらあげ きなこ みそ	こめ さつまいも はくりきこ こま・さとう あぶら かたくりこ ばたー まよねーず	きゅうり もやし にんじん きゃべつ たまねぎ	566kcal 24.4g 脂: 18.2g 塩: 1.5g
11日 金 30日 水	ごはん	洋風肉じゃが 野菜とハムの和え物 コーンと野菜のスープ	牛乳 卵サンド	ぶたにく はむ ぎゅうにゅう たまご	こめ しょうぼん じゃがいも まよねーず さとう ごまあぶら	たまねぎ きゅうり にんじん こーん けちやつぶ ほろりんそう もやし	519kcal 19.6g 脂: 15.9g 塩: 2.5g
12日 土 26日 土	豚丼	さつま芋煮 油揚げの味噌汁 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら さつまいも	たまねぎ ばなな にんじん えのき わかめ	555kcal 18.7g 脂: 16.3g 塩: 1.4g
15日 火 29日 火	中華丼	ひじきの和え物 豆腐の中華スープ	牛乳 菓子	ぶたにく かまぼこ とうふ ぎゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら さとう かたくりこ	はくさい こまつな にんじん こーん たまねぎ わかめ ひじき こねぎ	521kcal 17.0g 脂: 18.1g 塩: 1.7g
24日 木 	わかめごはん	スコップコロケ フレンチサラダ コンソメスープ	牛乳 マーマレードケーキ	ぶたにく かにかま ぎゅうにゅう とうにゅう	こめ さとう じゃがいも H/M あぶら ぼんこ	わかめ にんじん たまねぎ きゅうり けちやつぶ ほうれんそう きゃべつ	522kcal 16.2g 脂: 18.4g 塩: 1.9g
31日 木 	ごはん	おばけハンバーグ ブロッコリーとかにかまのサラダ きのこほうれん草のミルクスープ	牛乳 かぼちゃクッキー	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご おから かにかま べーこん	こめ さとう ぼんこ ごまあぶら はくりきこ あぶら	たまねぎ しめじ けちやつぶ ほうれんそう ほうろっこーり かぼちゃ こーん	654kcal 24.1g 脂: 28.5g 塩: 1.6g

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。  
8日(火)は園外保育の為、弁当を持参してください。  
(雨天の場合も)



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
542kcal	20.7g	18.9g	1.8g