

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1		2		3		4	
昼食											衣笠丼、温野菜、味噌汁、果物	
午後											ヨーグルト、ホットケーキ、果物、お茶	
午前	6	牛乳	7	牛乳	8	牛乳	9	牛乳	10	牛乳	11	
昼食	タンメン、ベーコンポテト、花野菜のマヨネーズ和え、トマト		ごはん、鯖の照り焼き、ごぼうのきんぴら、ほうれん草のおかか和え、味噌汁		カレーライス、鶏肉のサラダ、トマト、野菜スープ		お餅、七福なます、煮豆、八杯汁、果物		ごはん、鶏手羽のみそ焼き、人参とじゃが芋の煮つけ、きゅうりの酢の物、すまし汁		焼き鳥丼、きゅうり、トマト、味噌汁、果物	
午後	つなそばろおにぎり、果物、お茶		七草がゆ、塩きゅうり、お茶		オレンジゼリー、おせんべい、牛乳		パンプリン、果物、牛乳		おしるこ、小魚、牛乳		ヨーグルト、サンドパン、果物、お茶	
午前	13		14	牛乳	15	牛乳	16	牛乳	17	牛乳	18	
昼食			きつねうどん、南瓜のそぼろ煮、キャベツの昆布和え、トマト		ごはん、いりどり、ブロッコリーのおかか和え、味噌汁、果物		ごはん、さんまのイタリアン風、ほうれん草ごま和え、ゆず大根、豚汁		ごはん、つくね団子、ひじきの煮つけ、さつま芋のオーブン焼き、味噌汁		ビビンバ丼、きゅうり、トマト、味噌汁、果物	
午後			ひじきおこわ、塩きゅうり、お茶		ソフトドーナツ、チーズ、牛乳		みたらし南瓜、果物、牛乳		コーンフレーク、果物、牛乳		ヨーグルト、サンドパン、果物、お茶	
午前	20	牛乳	21	牛乳	22	牛乳	23	牛乳	24	牛乳	25	
昼食	けんちんうどん、じゃこサラダ、長芋のチーズ焼き、うずら豆につけ		ごはん、レバーの竜田揚げ、かぶと菊の花の酢の物、トマト、味噌汁		フランスパン、ボルシチ、キャベツのサラダ、果物		納豆ごはん、ごぼうと牛肉の炒め煮、きゅうりの昆布和え、味噌汁		ごはん、煮魚、里芋の胡麻和え、コーン入り酢の物、なめこの味噌汁		豚肉丼、きゅうり、トマト、味噌汁、果物	
午後	中華風おこわ、小魚、お茶		フルーツヨーグルト、クラッカー、お茶		チーズおやき、ゆかりきゅうり、お茶		おふラスク、果物、牛乳		ぶどうゼリー、おせんべい、牛乳		ヨーグルト、サンドパン、果物、お茶	
午前	27	牛乳	28	牛乳	29	牛乳	30	牛乳	31	牛乳		
昼食	鶏南蛮、大根のそぼろ煮、白菜のおかか和え、トマト		ごはん、ぶりの幽庵焼き、白和え、きゅうりとわかめの酢の物、味噌汁		お赤飯、鶏手羽のから揚げ、きゅうりの酢味噌和え、さつま芋の甘煮、はんぺんのすまし汁、果物		ロールパン、ホワイトシチュー、ミモザサラダ、果物		ごはん、鮭の塩焼き、切り干し大根の煮つけ、小松菜の和え物、味噌汁			
午後	蒸しパン、チーズ、牛乳		ポテトアンナ、果物、お茶		紅白ゼリー、牛乳		ぐるぐるごはん、小魚、お茶		マカロニきなこ、果物、牛乳			

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
3歳以上児	572	22.0	15.9
3歳未満児	497	19.6	15.0

午前の牛乳は1歳クラスのみ提供します。