

	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)		
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム		
	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	おやついりこ(朝) かえりちりめん	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し	コーンフレーク コーンフレーク			
昼食	中華丼 米 米粒麦 はくさい にんじん 生しいたけ しばえび 豚もも たけのこ水煮 たまねぎ うすくちしょうゆ かたくり粉 食塩 鶏がらスープ にんにくおろし ごま油 オイスターソース しょうが 鶏がらスープ にら みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	ハヤシライス 米 米粒麦 牛もも たまねぎ にんじん ぶなしめじ 調味油 ハヤシルウ トマト グリーンピース 食塩 こしょう にんにくおろし スイートワイン コンソメ キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ロースハム フレンチドレッシング スイートコーン みかんヨーグルト みかん缶詰 ヨーグルト	焼豚チャーハン 米 葉ねぎ 焼き豚 鶏卵 にんじん たまねぎ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ ごま油 だし ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー ごま こいくちしょうゆ 車糖 にんじん 中華スープ・ 緑豆はるさめ チンゲンサイ 生しいたけ たけのこ水煮 だし うすくちしょうゆ 旬のフルーツ ..	ナポリタン マカロニ・スパゲッティ 皮つきウインナー たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 青ピーマン 調味油 こしょう ケチャップ ウスターソース コンソメ コンソメスープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ ゼリー(cup.ぶどう) ぶどう飲料	カレーピラフ 米 あいびき たまねぎ グリーンピース にんじん カレー粉 コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 真たくさんスープ たまねぎ にんじん 生しいたけ 板こんにゃく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし コンソメ フルーツヨーグルト屋 りんご バナナ みかん缶詰 干しぶどう 車糖 ヨーグルト	麦ご飯 米 米粒麦 鮭の南部焼き しらす こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 食塩 黒ごま 五豆 だいず ごぼう にんじん 生しいたけ 板こんにゃく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし コンソメ 味噌汁・ 大根 カットわかめ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 照り焼きチキン 鶏もも こいくちしょうゆ みりん 清酒 食塩 黒ごま スパゲッティサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ きゅうり スイートコーン ロースハム マヨネーズ なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..		
	3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	
		蒸しパン(プレーン) こむぎ ベーキングパウダー 車糖 水 なたね油	7分割トウモロコシ ウイニー 薄力粉 鶏卵 車糖 なたね油 普通牛乳 ベーキングパウダー	ラスク フランスパン マーガリン グラニュー糖	ビスケット ビスケット マリー キャンデーチーズ キャンデーチーズ	ツナサンド 食パン マーガリン かつお缶詰 マヨネーズ	サブレ 薄力粉 マーガリン 車糖	アップルポテト さつまいも りんご 車糖 マーガリン 鶏卵 普通牛乳	
	成分値	<一日合計> エネルギー : 610 kcal 脂 質 : 19.6 g たんぱく質 : 23.2 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 437 mg	<一日合計> エネルギー : 644 kcal 脂 質 : 25.2 g たんぱく質 : 21.9 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 352 mg	<一日合計> エネルギー : 509 kcal 脂 質 : 14.1 g たんぱく質 : 17.7 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 305 mg	<一日合計> エネルギー : 502 kcal 脂 質 : 17.3 g たんぱく質 : 17.2 g 塩 分 : 1.3 g カルシウム : 337 mg	<一日合計> エネルギー : 615 kcal 脂 質 : 24.4 g たんぱく質 : 22.6 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 364 mg	<一日合計> エネルギー : 610 kcal 脂 質 : 19.5 g たんぱく質 : 22.6 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 291 mg	<一日合計> エネルギー : 612 kcal 脂 質 : 21.2 g たんぱく質 : 23.6 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 251 mg	
	9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	
		炭酸せんべい 炭酸せんべい	スティック人参 にんじん	炭酸せんべい 炭酸せんべい	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	おやついりこ(朝) かえりちりめん	スナックパン スナックパン	
	昼食	ロールパン ロールパン	麦ご飯 米 米粒麦 はんぺん スライスチーズ 薄力粉 鶏卵 パン粉 なたね油 春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとうもろやし ロースハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ すまし汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 葉ねぎ 添え野菜 ミニトマト	チキンライス 米 水 コンソメ 鶏もも たまねぎ マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう ケチャップ グリーンピース コンソメスープ・ はくさい 皮つきウインナー ぶなしめじ コンソメ 食塩 ゼリー(GUP) ぶどう飲料	キーマカレー 米 米粒麦 あいびき たまねぎ にんじん カレールウ ウスターソース 食塩 こしょう なたね油 コンソメ 生野菜サラダ レタス きゅうり トマト たまねぎ フレンチドレッシング パイナップル缶詰 キウイフルーツ みかん缶詰 バナナ	麦ご飯 米 米粒麦 さわらの照り焼き さわか こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 生しいたけ 鶏卵 グリーンピース 混合だし 車糖 こいくちしょうゆ にんじん 豚もも 大根 板こんにゃく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし 旬のフルーツ ..	わかめうどん うどん 油揚げ カットわかめ 葉ねぎ こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 竹輪の天ぷら 生竹輪 プレミックス粉 調味油 ほうれん草のなめたけ和え ほうれん草 なめたけ 旬のフルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 ミートボールの甘酢あんかけ 豚ひき肉 食塩 清酒 かたくり粉 たまねぎ しょうが 調味油 にんじん たまねぎ 黄ピーマン 青ピーマン ケチャップ 穀物酢 清酒 ごま油 車糖 水 かたくり粉 白菜の海苔和え はくさい 味付けのり こいくちしょうゆ 車糖 中華スープ・ チンゲンサイ 生しいたけ りよくとうもろやし だし 食塩 こしょう こいくちしょうゆ プチゼリー ゼリー	
		3時	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳
			おにぎり(昆布)おやつ 米 昆布つくだ煮 ごま 食塩 こいくちしょうゆ おやついりこ かえりちりめん	パンブディング 鶏卵 普通牛乳 車糖 バナナオイル フランスパン 干しぶどう	ハムケーキ パームケーキ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	じゃが芋のチーズ焼き じゃがいも 食塩 ピザチーズ パセリ	焼き立てパン(くるみ) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 くるみ	放き込みご飯(おやつ) 水 ごぼう ぶなしめじ 油揚げ 鶏もも こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 にんじん うすくちしょうゆ	きなこマカロニ マカロニ・スパゲッティ きな粉 車糖
		成分値	<一日合計> エネルギー : 519 kcal 脂 質 : 14.5 g たんぱく質 : 21.2 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 338 mg	<一日合計> エネルギー : 604 kcal 脂 質 : 18.1 g たんぱく質 : 23.8 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 376 mg	<一日合計> エネルギー : 477 kcal 脂 質 : 14.0 g たんぱく質 : 16.3 g 塩 分 : 1.5 g カルシウム : 294 mg	<一日合計> エネルギー : 590 kcal 脂 質 : 21.2 g たんぱく質 : 19.0 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 338 mg	<一日合計> エネルギー : 631 kcal 脂 質 : 23.6 g たんぱく質 : 29.5 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 399 mg	<一日合計> エネルギー : 438 kcal 脂 質 : 9.7 g たんぱく質 : 14.6 g 塩 分 : 1.3 g カルシウム : 209 mg	<一日合計> エネルギー : 606 kcal 脂 質 : 18.0 g たんぱく質 : 18.1 g 塩 分 : 1.0 g カルシウム : 277 mg

*都合により献立を変更することがあります。

	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	
	じゃこ しらす干し	炭酸せんべい 炭酸せんべい	スティック人参 にんじん	コーンフレーク コーンフレーク		炭酸せんべい 炭酸せんべい	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	
昼食	★ 誕生会 ★ 豆ご飯 米 グリーンピース 食塩	牛丼 米 米粒麦 牛もも たまねぎ 根深ねぎ こいくちしょうゆ 車糖 しょうが なたね油 混合だし	イロロール ロールパン 肉団子のスープ煮 ほうさい にんじん たまねぎ かぶ だし こいくちしょうゆ 豚ひき肉 たまねぎ、練りこみ 食塩 こしょう 鶏卵 かたくり粉	麦ご飯 米 米粒麦 干草焼き 鶏卵 しばえび 生しいたけ ほうれんそう にんじん うすくちしょうゆ 車糖	麦ご飯 米 米粒麦 れんこんバーグ 豚ひき肉 たまねぎ れんこん にんじん グリーンピース スイートコーン 食塩 こしょう ナツメグ 普通牛乳 ケチャップ	梅ご飯 米 米粒麦 梅干し さばの塩こうじ焼き まさば 塩麹 五目きんぴら にんじん ごぼう 食塩 青ピーマン 平てん しらたき ごま油 こいくちしょうゆ 車糖	麦ご飯 米 米粒麦 鶏ひね プレミックス粉 食塩 こしょう 清酒 なたね油 大根サラダ 大根 カットわかめ まぐろ缶詰 青しそドレッシング	麦ご飯 米 米粒麦 鶏ひね プレミックス粉 食塩 こしょう 清酒 なたね油 大根サラダ 大根 カットわかめ まぐろ缶詰 青しそドレッシング
	えびフライ ブラクタイガー 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 調合油 マヨネーズ たまねぎ 鶏卵 パセリ 食塩 こしょう 車糖 レモン	みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ	フロッキーとツナのサラダ フロッキー かつお缶詰 スイートコーン マヨネーズ 食塩 こしょう	いんげんの胡麻和え・ さやいんげん ごま にんじん こいくちしょうゆ 車糖 ぶなしめじ	スナックエンドウのソテー さやえんどう パプリカ ベーコン キャベツ マーガリン 食塩 こしょう コーンスープ コーンスープ 水 クルトン パセリ	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..
	ひじきとキャベツのサラダ キャベツ にんじん ほしひじき 生竹輪 きゅうり 胡麻ドレッシング	ゼリー(cupオレンジ) ゼリー	旬のフルーツ ..	ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト	旬のフルーツ ..	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..
	すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	ゼリー(Cupりんご) りんご飲料				みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..
	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	
	人参のカップケーキ にんじん 鶏卵 グラニュー糖 薄力粉 アーモンド ベーキングパウダー マーガリン パナソイル	ビスコ ビスケット キャンデーチーズ キャンデーチーズ	おにぎ(ゆかり) 米 米粒麦 ゆかりふりかけ おやつ昆布 らうすこんぶ	みたらし団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖	焼きそば(おやつ) 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ りょうとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおりのり	小魚アーモンド かえりちりめん アーモンド 車糖 こいくちしょうゆ 水	
	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値
		エネルギー : 723 kcal 脂 質 : 31.2 g たんぱく質 : 25.4 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 363 mg	エネルギー : 620 kcal 脂 質 : 18.9 g たんぱく質 : 23.3 g 塩 分 : 1.2 g カルシウム : 319 mg	エネルギー : 466 kcal 脂 質 : 15.9 g たんぱく質 : 16.9 g 塩 分 : 1.3 g カルシウム : 209 mg	エネルギー : 481 kcal 脂 質 : 10.7 g たんぱく質 : 19.0 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 265 mg	エネルギー : 548 kcal 脂 質 : 18.3 g たんぱく質 : 18.7 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 225 mg	エネルギー : 605 kcal 脂 質 : 18.6 g たんぱく質 : 22.2 g 塩 分 : 3.0 g カルシウム : 310 mg	エネルギー : 517 kcal 脂 質 : 20.7 g たんぱく質 : 27.8 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 368 mg
	9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳		牛乳 普通牛乳		
		炭酸せんべい 炭酸せんべい	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	スナックパン スナックパン	★ 祝 日 ★	おやつりんご(朝) かえりちりめん		
昼食	シーフードピラフ 米 むきえび たまねぎ グリーンピース にんじん コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 ほたてがし 調合油	カレーライス 米 米粒麦 牛もも 調合油 たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース カレールク マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう にんにくおろし コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 カレイの味噌焼き まがれい 清酒 淡色辛みそ 本みりん 車糖 ひじき煮(大豆) ほしひじき にんじん 油揚げ たいす水煮 さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 料理酒	★ 祝 日 ★	麦ご飯 米 米粒麦 豚肉しょうが焼き 豚ロース こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 しょうが 調合油 りんご たまねぎ 胡瓜とわかめの酢の物 きゅうり カットわかめ しらす干し 穀物酢 車糖 食塩			
	ポトフ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきインナー 食塩 こしょう コンソメ	コールスロー風サラダ キャベツ きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 フレンチドレッシング	味噌汁 大根 カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし ぶなしめじ 旬のフルーツ ..		みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ 添え野菜 トマト			
	ゼリー(CUP) ぶどう飲料	桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト						
	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳		牛乳おやつ 普通牛乳			
	せんべい 炭酸せんべい	麩のラスク おつゆ麩 マーガリン 車糖	焼き芋 さつまいも キャンデーチーズ キャンデーチーズ		ポップコーン とうもろこし 調合油 食塩 有塩バター キャンデーチーズ キャンデーチーズ			
	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	
		エネルギー : 552 kcal 脂 質 : 15.7 g たんぱく質 : 18.8 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 304 mg	エネルギー : 594 kcal 脂 質 : 23.0 g たんぱく質 : 17.9 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 334 mg	エネルギー : 594 kcal 脂 質 : 12.5 g たんぱく質 : 21.8 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 382 mg	エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	エネルギー : 509 kcal 脂 質 : 19.7 g たんぱく質 : 23.3 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 351 mg		

*都合により献立を変更することがあります。