

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	8(月)	
9時	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん		ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝) かえりちりめん	
昼食	皿うどん 即席中華めん はくさい たまねぎ にんじん 青ピーマン 生しいたけ 豚もも 焼き抜きかまぼこ なたね油 しょうが 鶏がらスープ オイスターソース こいくちしょうゆ 清酒 かたくり粉 ごま油 ごういか むきえび うずら卵水煮缶詰	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 切干大根煮 切干しいごん にんじん 油揚げ さやいんげん 車糖 こいくちしょうゆ かき玉汁・ 鶏卵 ほうれんそう 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ わかめスープ カットわかめ たまねぎ こねぎ ごま だし 食塩 うすくちしょうゆ パインヨーグルト パインアップル缶詰 ヨーグルト	★ 祝 日 ★	麦ご飯 米 米粒麦 豆腐入り松風焼き 鶏ひき肉 ソフト豆腐 根深ねぎ たまねぎ パン粉 普通牛乳 鶏卵 車糖 赤だしみそ ごま キャベツとベーコンのソテー キャベツ スイートコーン ベーコン 食塩 こしょう なたね油 みそ汁・ はくさい ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 添え野菜 金時豆	麦ご飯 米 米粒麦 ハムカツ 鶏ひき肉 ローズハム こむぎ 鶏卵 パン粉 調合油 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 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 ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト	牛乳 普通牛乳 焼きそば 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり ウスターソース 中華スープ・ チンゲンサイ 生しいたけ りよくとうもやし 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ 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 ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト	牛乳 普通牛乳 焼きそば 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり ウスターソース 中華スープ・ チンゲンサイ 生しいたけ りよくとうもやし 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ 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 ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト	牛乳 普通牛乳 焼きそば 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり ウスターソース 中華スープ・ チンゲンサイ 生しいたけ りよくとうもやし 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ 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 ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト
	3時	牛乳おやつ 普通牛乳 スイートポテト さつまいも 車糖 鶏卵 マーガリン 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳 カスタードサンドパン ロールパン 鶏卵 普通牛乳 マーガリン 車糖 薄力粉		牛乳おやつ 普通牛乳 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 ごま	牛乳おやつ 普通牛乳 かぼちゃのスープ 西洋かぼちゃ たまねぎ マーガリン コンソメ 水 普通牛乳 食塩 スナックパン スナックパン	牛乳おやつ 普通牛乳 ハムケーキ ハムケーキ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 焼きビーフン(おやつ) 焼きビーフン 大袋 たまねぎ にんじん 青ピーマン 豚ばら キャベツ こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 鶏がらスープ 調合油
	成分値	<一日合計> エネルギー : 516 kcal 脂 質 : 23.3 g たんぱく質 : 19.6 g 塩 分 : 3.5 g カルシウム : 45.4 mg	532 kcal 14.9 g 24.0 g 1.8 g 335 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	458 kcal 16.9 g 21.7 g 1.4 g 302 mg	549 kcal 17.2 g 21.7 g 2.5 g 343 mg	486 kcal 18.0 g 15.9 g 0.8 g 315 mg	594 kcal 23.0 g 22.0 g 2.3 g 347 mg
		9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	15(月)	16(火)
	9時	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝) かえりちりめん	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 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん
昼食	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のつくね焼き 鶏ひき肉 たまねぎ 食塩 料理酒 こしょう しょうが パン粉 普通牛乳 鶏卵 調合油 混合だし 車糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ かたくり粉 春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとうもやし ローズハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし	芋ご飯 米 さつまいも 食塩 黒ごま 鮭の塩焼き しろさけ 食塩 卵の花煮 おから にんじん 生しいたけ グリーンピース 油揚げ こいくちしょうゆ みりん風調味料 みそ汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 タンダリーチキン 鶏もも 食塩 こしょう にんにくおろし しょうが ヨーグルト カレー粉 ケチャップ 小松菜のお浸し こまつな にんじん かつお削り節 車糖 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	麦ご飯 米 米粒麦 竹輪とウィンナーの天ぷら 煮込み竹輪 ポールウィンナー プレミック粉 なたね油 キャベツと胡瓜の酢の物 キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 食塩 車糖 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 添え野菜 ブロッコリー 食塩	スパゲティ・ミートソース マカロニ・スパゲティ たまねぎ あいびき にんじん マッシュルーム水煮缶詰 トマト缶詰 ケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう コンソメ グリーンピース オリーブ油 にんにくおろし かたくり粉 コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ 食塩 コンソメ カップゼリー ゼリー	ロールパン ロールパン ポークビーンズ だいず水煮 皮つきウィンナー じゃがいも たまねぎ にんじん トマト缶詰 ケチャップ 食塩 こしょう コンソメ 車糖 ぶなしめじ ウスターソース パセリ にんにくおろし コンソメ ひじきとキャベツのサラダ キャベツ にんじん 葉ねぎ ほしひじき 生竹輪 きゅうり 胡麻ドレッシング ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト	麦ご飯 米 米粒麦 さばの塩こうじ焼き まさば 塩麹 かぼちゃのそぼろ煮 西洋かぼちゃ 鶏ひき肉 車糖 こいくちしょうゆ 清酒 みりん風調味料 かたくり粉 豚汁 豚もも 大根 板こんにやく 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 ..	
	成分値	<一日合計> エネルギー : 582 kcal 脂 質 : 20.7 g たんぱく質 : 21.4 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 29.9 mg	510 kcal 12.5 g 22.8 g 1.8 g 316 mg	550 kcal 24.0 g 25.6 g 1.6 g 336 mg	491 kcal 16.0 g 19.1 g 2.2 g 291 mg	528 kcal 21.1 g 21.1 g 1.3 g 308 mg	437 kcal 13.8 g 18.0 g 2.1 g 278 mg	609 kcal 25.0 g 23.5 g 1.3 g 293 mg
	3時	牛乳おやつ 普通牛乳 黒糖蒸しパン 薄力粉 ベーキングパウダー 調合油 黒砂糖 水	牛乳おやつ 普通牛乳 里芋のみたらし団子 さいも 米粉 車糖 車糖 こいくちしょうゆ かたくり粉 水	牛乳おやつ 普通牛乳 焼き立てパン(ベーコン) 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 ベーコン	牛乳おやつ 普通牛乳 プリン プリンックス せんべい 塩せんべい	牛乳おやつ 普通牛乳 ビスケット ビスケット キャンデーチーズ キャンデーチーズ	麦茶 麦茶 揚げ玉おにぎり(おやつ) 米 葉ねぎ 天かす めんつゆ きずり おやついりこ かえりちりめん	牛乳おやつ 普通牛乳 マドレーヌ マーガリン 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー パニラオイル レモン
	成分値	<一日合計> エネルギー : 582 kcal 脂 質 : 20.7 g たんぱく質 : 21.4 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 29.9 mg	510 kcal 12.5 g 22.8 g 1.8 g 316 mg	550 kcal 24.0 g 25.6 g 1.6 g 336 mg	491 kcal 16.0 g 19.1 g 2.2 g 291 mg	528 kcal 21.1 g 21.1 g 1.3 g 308 mg	437 kcal 13.8 g 18.0 g 2.1 g 278 mg	609 kcal 25.0 g 23.5 g 1.3 g 293 mg

*都合により献立を変更することがあります。

11月献立表

令和3年 1 1 月

[未満児]

	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	22(月)	23(火)	24(水)
9時	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝) かえりちりめん		牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ
	親子丼 米 米粒麦 鶏卵 鶏もも たまねぎ 根深ねぎ 切りみつば 生しいたけ 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 車糖 混合だし みりん風調味料	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	★ 誕生会 ★ わかめご飯 米 米粒麦 カットわかめ 食塩 えびフライ フックタイガー 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	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 みそ汁・ じゃがいも たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし カットわかめ カップゼリー ゼリー	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 ほたてがひ 調合油 コールスロー風サラダ キャベツ きゅうり にんじん トマト フレッシュレッシング 卵スープ 鶏卵 スイートコーン缶詰 たまねぎ パセリ だし かたくり粉 食塩 旬のフルーツ ..	★ 祝 日 ★	カレーうどん うどん 豚もも たまねぎ 葉ねぎ 油揚げ カレーウ 混合だし こいくちしょうゆ かたくり粉 ぶなしめじ ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー キャベツ ごま こいくちしょうゆ 車糖 にんじん 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
昼食	フロッコリーのおかか和え フロッコリー 花かつお こいくちしょうゆ 車糖 にんじん	いんげんのゴマダレ和え さやいんげん ゴマダレ ぶなしめじ 卵豆腐のすまし汁 たまご豆腐 ぶなしめじ 切りみつば うすくちしょうゆ 食塩 混合だし	中華風和え物 りよくともやし ささ身 きゅうり 穀物酢 うすくちしょうゆ 車糖 ごま油 にんじん かぶのスープ かぶ ぶなしめじ ベーコン コンソメ 旬のフルーツ ..				
	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 ..					
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 じゃがいも マーガリン 食塩 パセリ	麦茶 ★非常食★ ビスケット	牛乳おやつ 普通牛乳 アニマルポテト さつまいも ビスケット マリー パフパイ ラムネ 干しぶどう 普通牛乳 マーガリン 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 せんべい 塩せんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖		麦茶 炊き込みご飯(おやつ) 米 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
	成分値 エネルギー : 518 kcal 脂 質 : 19.5 g たんぱく質 : 24.9 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 383 mg	エネルギー : 399 kcal 脂 質 : 14.4 g たんぱく質 : 16.2 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 168 mg	エネルギー : 687 kcal 脂 質 : 28.6 g たんぱく質 : 23.7 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 322 mg	エネルギー : 521 kcal 脂 質 : 14.6 g たんぱく質 : 21.3 g 塩 分 : 1.4 g カルシウム : 301 mg	エネルギー : 515 kcal 脂 質 : 15.5 g たんぱく質 : 19.4 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 301 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 : 483 kcal 脂 質 : 16.2 g たんぱく質 : 20.8 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 306 mg
	25(木)	26(金)	27(土)	29(月)	30(火)		
9時	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 スティック人参 人参		
	もみじご飯 米 らうすこんぶ にんじん 食塩 うすくちしょうゆ ごま さわらの塩焼き さわら 食塩 清酒 薄力粉 白和え にんじん 生しいたけ ソフト豆腐 ほうれんそう 淡色辛みそ こいくちしょうゆ 車糖 ごま 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 プチゼリー ゼリー	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のから揚げ 鶏もも 食塩 こしょう かたくり粉 調合油 清酒 薄力粉 五目豆 だいず ごぼう にんじん 生しいたけ 板こんにやく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ 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 異たくさんスープ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきウインナー 食塩 こしょう コンソメ カップゼリー ゼリー	ロールパン ロールパン 肉団子のスープ煮 はくさい 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 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 みかんヨーグルト みかん缶詰 ヨーグルト	麦ご飯 米 米粒麦 お好み焼き風卵焼き 鶏卵 キャベツ 豚ひき肉 たまねぎ 調合油 食塩 お好みソース あおりのり 大根の甘酢和え 大根 にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩 みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし		
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 スノーボールクッキー マーガリン グラニュー糖 鶏卵 薄力粉 アーモンド 粉糖 バナナオイル	麦茶 フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖 ヨーグルト コーンフレーク	牛乳おやつ 普通牛乳 サブレ ビスケット キャンデーチーズ キャンデーチーズ	麦茶 麦茶 おにぎり(ゆかり)おやつ 米 ゆかりふりかけ ごま おやつこんぶ おやつこぶ	牛乳おやつ 普通牛乳 ポップコーン とうもろこし 調合油 食塩 キャンデーチーズ キャンデーチーズ		
	成分値 エネルギー : 578 kcal 脂 質 : 23.2 g たんぱく質 : 22.2 g 塩 分 : 2.4 g カルシウム : 322 mg	エネルギー : 501 kcal 脂 質 : 19.2 g たんぱく質 : 21.8 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 246 mg	エネルギー : 543 kcal 脂 質 : 19.9 g たんぱく質 : 18.2 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 296 mg	エネルギー : 480 kcal 脂 質 : 19.0 g たんぱく質 : 19.2 g 塩 分 : 1.2 g カルシウム : 307 mg	エネルギー : 461 kcal 脂 質 : 20.3 g たんぱく質 : 19.4 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 354 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 : 483 kcal 脂 質 : 16.2 g たんぱく質 : 20.8 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 306 mg

*都合により献立を変更することがあります。