

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	7(月)	8(火)	
9時	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	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 おやついりこ(朝) かえりちりめん	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 コーンフレーク コーンフレーク	
	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	
昼食	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 赤ピーマン 食塩 こしょう なたね油 みそ汁・ 大根 カットわかめ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし	麦ご飯 米 米粒麦 鮭の南部焼き しるさけ こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 果ごま 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 車糖 混合だし 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 旬のフルーツ ..	★ 祝 日 ★	麦ご飯 米 米粒麦 竹輪とウインナーの天ぷら 煮込み竹輪 ボールウインナー プミックス粉 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 えのきたけ カットわかめ こいくちしょうゆ 葉ねぎ	にゅうめん そうめん・ひやむぎ 葉ねぎ 乾しいたけ こいくちしょうゆ みりん風調味料 油揚げ 鶏もも 混合だし ほうれん草の胡麻和え ほうれん草 ごま こいくちしょうゆ にんじん 車糖 カップゼリー ゼリー	麦ご飯 米 米粒麦 ハンバーグ あいびき たまねぎ パン粉 ナツメグ 食塩 こしょう 鶏卵 普通牛乳 ケチャップ ウスターソース 車糖 水 春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとうもろこし 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・ 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	麦ご飯 米 米粒麦 血うどん 即席中華めん はくさい りよくとうもろこし 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 こしょう むきえび うずら卵水煮缶詰 中華スープ・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま 旬のフルーツ ..	
	牛乳 普通牛乳 焼き芋 さつまいも 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 キャベツ 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり	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 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 ビスコ ビスコ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	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	麦茶 麦茶 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	
	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値
	9(水)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	14(月)	15(火)	16(水)
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 スティック人参 人参	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 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝) かえりちりめん	
	丸ロール ロールパン ひき肉のトマトグラタン あいびき マカロニ たまねぎ にんにくおろし トマト缶詰 普通牛乳 ホワイトソース ピザチーズ 調合油 コンソメ パセリ	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 白身魚フライ すけどうだら 食塩 こしょう 薄力粉 パン粉 調合油 マヨネーズ たまねぎ 鶏卵 パセリ 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 料理酒 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	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・ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ 食塩 カップゼリー ゼリー	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 グリンピース カレールーウ 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 キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ローズハム 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	麦ご飯 米 米粒麦 さばの塩こうじ焼き まさはら 塩麹 かぼちゃのそぼろあん 西洋かぼちゃ こいくちしょうゆ 本みりん 鶏ひき肉 かたくり粉 しょうが 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 ..	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のコーラ煮 鶏手羽 こいくちしょうゆ 食塩 ゴマダレ いんげんのゴマダレ和え さやいんげん にんじん ゴマダレ しょうが 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	
	コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ	アロカリのおかか和え ブロッコリー 花かつお こいくちしょうゆ 車糖 にんじん	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	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 食塩 カップゼリー ゼリー	キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ローズハム 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	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 ..	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	
	牛乳おやつ 普通牛乳 黒ごま団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖 黒ごま	牛乳おやつ 普通牛乳 ハムチーズサンド 食パン マーガリン ローズハム マヨネーズ スライスチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 天学芋 さつまいも 車糖 水 水あめ こいくちしょうゆ ごま 調合油 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 ホットケーキ 薄力粉 ベーキングパウダー 車糖 鶏卵 普通牛乳 マーガリン	牛乳おやつ 普通牛乳 焼き立てパン(あんぱん) 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 こしあん けし	牛乳おやつ 普通牛乳 プリン プリン クリーム ビスケット ビスケット	
成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	成分値	

*都合により献立を変更することがあります。

	17(木)	18(金)	19(土)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)		
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		
	りんご りんご	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	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	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	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	焼肉丼 米 米粒麦 牛もも にんじん キャベツ りよくとうもやし たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ	麦ご飯 米 米粒麦	芋ご飯 米 さつまいも 食塩 黒ごま	★ 祝 日 ★	ロールパン ロールパン		
	お好み焼き風卵焼き 鶏卵 キャベツ 豚ひき肉 たまねぎ 調味油 食塩 お好みソース あおのり	鶏のマーマレード焼き 鶏もも 食塩 こしょう こいくちしょうゆ マーマレード	鶏のケチャップあん 鶏もも 食塩 料理酒 かたくり粉 調味油 たけのこ たまねぎ にんじん 生しいたけ 青ピーマン 調味油 鶏がらスープ 車糖 穀物酢 ケチャップ こいくちしょうゆ	カワイの煮つけ まがはい こいくちしょうゆ 車糖 本みりん 清酒 しょうが 水	高野豆腐のふくめ煮 高野豆腐 にんじん 生しいたけ グリーンピース こいくちしょうゆ		ビーフシチュー 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム水煮缶詰 ビーフシチューク コンソメ スイートワイン		
	大根の甘酢和え 大根 にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩	五目きんぴち にんじん 青ピーマン 平てん しらたき ごま油 こいくちしょうゆ	みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 薬ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	シルバースラダ きゅうり スイートコーン 緑豆はるさめ ロースハム たまねぎ マヨネーズ	みそ汁・ ほうれんそう ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし		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		
	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし	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	カップゼリー ゼリー	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 焼き抜きまぼこ	旬のフルーツ ..		ヨーグルト 1パック(小) 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	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳			麦茶 麦茶	
	マーブルクッキー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー ビュアココア	じゃがいも餅 じゃがいも かたくり粉 食塩 マーガリン こいくちしょうゆ	サブレ ビスケット キャンデーチーズ キャンデーチーズ	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	レーズン蒸しパン こむぎ ベーキングパウダー 車糖 水 なたね油 干しぶどう			おにぎり(かつお)おやつ 米 花かつお きずり 食塩 こいくちしょうゆ おやつこぶ おやつこぶ	
	成分値 エネルギー : 532 kcal 脂 質 : 21.9 g たんぱく質 : 17.5 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 302 mg	成分値 エネルギー : 506 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 21.1 g 塩 分 : 1.3 g カルシウム : 263 mg	成分値 エネルギー : 526 kcal 脂 質 : 18.5 g たんぱく質 : 18.7 g 塩 分 : 0.8 g カルシウム : 298 mg	成分値 エネルギー : 461 kcal 脂 質 : 16.0 g たんぱく質 : 16.6 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 233 mg	成分値 エネルギー : 574 kcal 脂 質 : 16.1 g たんぱく質 : 23.7 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 347 mg		成分値 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	成分値 エネルギー : 440 kcal 脂 質 : 13.1 g たんぱく質 : 18.9 g 塩 分 : 1.2 g カルシウム : 310 mg	
	25(金)	26(土)	28(月)	29(火)	30(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		レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう		
		スティック人参 にんじん	炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し	バナナ バナナ				
昼食	★ 誕生会 ★ 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	テキンライス 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	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	チャーシューメン 中華めん 食塩 こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 焼き豚 薬ねぎ カットわかめ 鶏卵 鶏がらスープ りよくとうもやし	麦ご飯 米 米粒麦	おでん 大根 板こんにやく 煮込み竹輪 厚揚げ 混合だし みりん風調味料 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ごぼ天 うずら卵水煮缶詰 牛すじ にんじん	ほうれん草と白菜のポン酢和え ほうれんそう はくさい えのきたけ ゆずポン	旬のフルーツ ..	
	どんかつ 豚ロース 食塩 薄力粉 鶏卵 パン粉 調味油	コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ	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	ブロccoliの胡麻和え ブロccoli ごま こいくちしょうゆ 車糖	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				
	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	カップゼリー ゼリー	中華風コンソメスープ 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 ..					
	みそ汁・ ソフト豆腐 ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 薬ねぎ								
	プチゼリー ゼリー								
	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				
	コアカッケーキ 薄力粉 車糖 マーガリン ベーキングパウダー 鶏卵 アーモンド ビュアココア	カルシウムせんべい 塩せんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖	スープご飯 米 豚ひき肉 キャベツ 青ピーマン 鶏卵 だし こいくちしょうゆ かたくり粉 調味油	ポップコーン どうもろこし 調味油 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 : 725 kcal 脂 質 : 40.9 g たんぱく質 : 19.2 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 328 mg	成分値 エネルギー : 470 kcal 脂 質 : 13.0 g たんぱく質 : 16.0 g 塩 分 : 0.9 g カルシウム : 286 mg	成分値 エネルギー : 505 kcal 脂 質 : 14.6 g たんぱく質 : 20.3 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 296 mg	成分値 エネルギー : 485 kcal 脂 質 : 12.4 g たんぱく質 : 21.2 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 243 mg	成分値 エネルギー : 453 kcal 脂 質 : 14.6 g たんぱく質 : 21.4 g 塩 分 : 0.9 g カルシウム : 355 mg				

*都合により献立を変更することがあります。