



| 日 | 曜日 | 10時 | 昼食 | 3時 |
|----|----|---------|---|---------------------|
| 1 | 月 | せんべい | おやさいマーボー 春雨サラダ パイン缶 | みたらし団子 牛乳 |
| 2 | 火 | ビスケット | 鬼さんバーグ まめ豆サラダ オレンジ | 恵方ロール巻き ジョア |
| 3 | 水 | 源氏パイ | 信田煮 白菜とコーンのサラダ フルーツカクテル | 焼きそば ほうじ茶 |
| 4 | 木 | サラダせんべい | 鶏肉のマーマレード焼き 切干大根の煮物 八宝菜風スープ バナナ | 小魚トースト 牛乳 |
| 5 | 金 | ウエハース | 白身魚のフライタルタルかけ 青菜ともやしの和え物 みかん | かぼちゃマフィン 牛乳 |
| 6 | 土 | ビスケット | 豚丼の具 マカロニサラダ みかん | せんべい 牛乳 |
| 8 | 月 | えびせん | ミートエッグ 中華サラダ なめこと豆腐のみそ汁 パイン缶 | プリン せんべい |
| 9 | 火 | せんべい | 中華春巻き 南瓜サラダ オレンジ | カレーピラフ |
| 10 | 水 | ヨーグルト | さけのあけほの焼き かぶとハムのナムル りんご | ポケットサンド 牛乳 |
| 12 | 金 | ビスケット | ハヤシシチュー 和風ミックスサラダ フルーツカクテル | ココアクッキー 牛乳 |
| 13 | 土 | ビスケット | 肉団子 ポテトサラダ みかん | せんべい 牛乳 |
| 15 | 月 | せんべい | 肉じゃが 酢の物 小松菜と油揚げのみそ汁 オレンジ | ブリオッシュ 牛乳 |
| 16 | 火 | ヨーグルト | ピピンバ アップルポテトサラダ パイン缶 | カルシウムおにぎり 緑茶 |
| 17 | 水 | えびせん | 肉団子 ほうれん草のお浸し みかん | どうぶつビスケット 幼児優良牛乳 |
| 18 | 木 | ビスケット | めかじきのチーズピカタ ごぼうのきんぴら 白菜の塩昆布和え バナナ | ソフル サラダせんべい |
| 19 | 金 | せんべい | ホットドッグ 鶏だんごとお野菜のスープ フライドポテト ブ ロッコリーのミックスサラダ いちご お楽しみランチ♪ | フルーチェ |
| 20 | 土 | ビスケット | ハンバーグ 南瓜サラダ みかん | せんべい 牛乳 |
| 22 | 月 | せんべい | 肉豆腐 小魚サラダ ほうれん草のすまし汁 パイン缶 | ふかし芋 牛乳 |
| 24 | 水 | スティックパン | 白菜のグラタン ブロッコリーのおかか和え バナナ | 五平もち ほうじ茶 |
| 25 | 木 | ウエハース | ツナじゃがコロッケ風 五目和え トマト | 牛乳みかん寒天 せんべい |
| 26 | 金 | ビスケット | 親子煮 海藻サラダ ほうれん草とさつま芋のみそ汁 オレンジ | カステラ 牛乳 |
| 27 | 土 | ビスケット | カレー マカロニサラダ みかん | せんべい 牛乳 |

| 栄養価 | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 食塩相当量 |
|--------|---------|-------|-------|-------|
| 未満児目標量 | 460kcal | 18.0g | 13.0g | 2.0g |
| 未満児月平均 | 427kcal | 14.6g | 11.8g | 1.5g |
| 以上児目標量 | 611kcal | 23.0g | 17.0g | 2.3g |
| 以上児月平均 | 588kcal | 20.6g | 16.3g | 2.1g |



- ・未満児には昼食にご飯が出ます。
- ・以上児はお楽しみランチの日はご飯はいりません。
- ・都合により献立を変更する場合があります。