

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	麦茶	2	スキムミルク	3		4		5		6	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(切干大根・玉ねぎ)、タラのタルタル焼き、和風サラスパサダ		豚丼、白菜スープ、わかめサラダ、バナナ								カレーライス、フルーツヨーグルト、ヤクルト	
午後	いちご、ビスケット、牛乳		ほうとう風うどん、麦茶								米粉スイーツ、牛乳	
午前	8	スキムミルク	9	麦茶	10	牛乳	11	麦茶	12	スキムミルク	13	麦茶
昼食	パン、ポトフ風スープ、コロック、キャベツとチーズのサラダ、りんご		御飯(玄米)、みそ汁(なめこ・あおさ)、肉豆腐、にんじんサラダ		ミートボールカレーライス、コーンフレークのパリパリサラダ、ヨーグルト		ごはん、みそ汁(かぶ・麩)、カレイのパン粉焼き、五目煮豆		あんかけうどん、ポテトサラダ、ぶどうゼリー		マーボー豆腐丼、野菜のふくら寄せ、バナナ	
午後	カルシウムおにぎり、麦茶		レースン入りほうれん草蒸しパン、牛乳		ポップコーン、バナナ、麦茶		コーンフレークチーズクッキー、牛乳		フルーツサンド、牛乳		型抜きチーズ、せんべい、牛乳	
午前	15	麦茶	16	牛乳	17	麦茶	18	スキムミルク	19	麦茶	20	麦茶
昼食	中華丼、もずくスープ、かぼちゃの甘煮、りんご		御飯(麦入り)、じゃが芋のスープ、煮込みハンバーグ、マカロニサラダ		野菜たっぷり塩ラーメン、焼きぎょうざ、バナナ		御飯、みそ汁(キャベツ・玉ねぎ)、さばの竜田揚げ、もやしとささみの和え物		グリーンピース御飯、みそ汁(さつまいも・麩)、鶏肉のアンブレースソース、白菜のおかかチーズ和え、オレンジ		焼きそば、わかめスープ、ゼリー	
午後	ガーリックトースト、牛乳		キャロットゼリー、せんべい		ツナ昆布おにぎり、麦茶		じゃがバター(新じゃが)、牛乳		いちごのスティックケーキ、牛乳		せんべい、ビスコ、ヤクルト	
午前	22	麦茶	23	牛乳	24	スキムミルク	25	麦茶	26	牛乳	27	麦茶
昼食	ミートソーススパゲティ、コンソメスープ、フルーツヨーグルト		御飯、すまし汁(まいだけ・しめじ)、鮭の西京焼き、ほうれん草のナムル		ハヤシライス、ブロッコリーのおかか和え、オレンジ、ジョア		御飯、すまし汁(豆腐・万能ねぎ)、鶏肉のみそ漬け焼、お豆とさつま芋のサラダ		御飯、わかめスープ、回鍋肉、春雨サラダ		ブルコギ丼、中華スープ、オレンジ	
午後	マーラーカオ、牛乳		ビスケット、野菜かりんとう、ヤクルト		きなこプリン、せんべい		メロンパン風トースト、牛乳		塩焼きそば、麦茶		ビスケット、牛乳	
午前	29	スキムミルク	30	牛乳	31	麦茶						
昼食	御飯、みそ汁(大根・高野豆腐)、鶏のから揚げ、ほうれん草のなめ茸和え、りんご		焼きうどん、すまし汁(えのき・豆腐)、寒天入りホワイトボンチ、チーズ		御飯、みそ汁(舞茸・ねぎ)、ポークビーンズ、切干大根のサラダ							
午後	ソファールヨーグルト、コーンクッキー		ドライカレーピラフ、麦茶		いちごババロア							



今月のお誕生日リクエストメニュー



☆星組

さん(31日) うどん、からあげ、いちご

※太陽組

さん(20日) みそラーメン、ぎょうざ、キウイフルーツ

♪月組

さん(14日) 煮込みハンバーグ、エビフライ、しらす丼
さん(29日) からあげ、ラーメン、バニラアイス

今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	438	16.3	13.6	219	1.2
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	542	19.5	17	216	1.5
	目標値	560	22	18	260	1.6

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。