

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 牛乳	2 麦茶
昼食	 				御飯(玄米)、みそ汁(なす・豆腐)、さばの味醂しょうゆ焼き、ひじきの炒め煮、梨	焼きそば、わかめスープ、プリン
午後						
午前	4 牛乳	5 麦茶	6 スキムミルク	7 牛乳	8 スキムミルク	9 麦茶
昼食	ブルコギ丼、ブロッコリーのマヨサラダ、ジョア	御飯、みそ汁(もやし・ねぎ)、銀だらの粕漬け焼き、きりざい納豆、オレンジ	御飯、すまし汁(小松菜・玉ねぎ)、ヤンニョムチキン風、チャプチェ	きのことウインナーの ナポリタン 、大豆と野菜たっぷりコンソメスープ、バナナ	御飯、みそ汁(切干大根・えのき)、あじのフライ、にんじんサラダ	ハヤシライス、オレンジ、ジョア
午後	にゅうめん、麦茶	ポテトグラタン、野菜ジュース	かぼちゃのスコーン、牛乳	わかめおにぎり、麦茶	型抜きチーズ(いちご味)、せんべい、麦茶	野菜ビスケット、牛乳
午前	11 牛乳	12 スキムミルク	13 麦茶	14 牛乳	15 スキムミルク	16 麦茶
昼食	御飯(麦入り)、わかめスープ、マーボー豆腐、もやしの中華風和え物、りんご	チキン カレー 、サラスパサラダ、ヨーグルト	御飯、みそ汁(かぶ・麩)、豚肉のすき焼き風煮物、切干し大根の中華和え	御飯、きのこのスープ、 塩から揚げ 、カラフルサラダ、柿	御飯、みそ汁(チンゲン菜・厚揚げ)、鮭の塩焼き、もやしとささみの和え物	マーボー豆腐丼、フルーツヨーグルト、野菜ジュース
午後	ポップコーン、バナナ、牛乳	ぶどうゼリー (ホイップ添え)	豆腐パン、おやつ昆布(以上児)、牛乳	ふかし芋、牛乳	いちご蒸しパン、牛乳	かぼちゃプリン、せんべい
午前	18	19 麦茶	20 牛乳	21 スキムミルク	22 牛乳 	23
昼食		御飯、ポトフ風スープ、コロック、キャベツとチーズのサラダ	御飯、みそ汁(切干大根・麩)、さわらのパン粉焼き、五目煮豆、梨	タコライス 、さつま芋とツナのサラダ、ヤクルト	秋の塩 ラーメン 、ナゲット、バナナ	
午後		マカロニナポリタン、麦茶	カルシウムトースト、牛乳	フルーチェ	おはぎ、カルシウムせんべい、麦茶	
午前	25 スキムミルク	26 麦茶	27 牛乳	28	29 麦茶 	30 麦茶
昼食	御飯、みそ汁(玉ねぎ・わかめ)、春巻き、韓国風和え物、オレンジ	御飯、コーンスープ、 ハンバーグ 、春雨サラダ、柿	野菜たっぷり肉 うどん 、かぼちゃの煮物、型抜きチーズ	親子フェスティバル給食・おやつなし	きのご御飯、月見けんちん汁、月見風焼きつくね、ちくわときゅうりのマヨサラダ、うさぎりんご	カレーライス、バナナ、型抜きチーズ
午後	メロンパン風トースト、牛乳	お麩ラスク、牛乳	ツナと塩昆布のおにぎり、麦茶		お月様スイートポテト、うさぎの牛乳かん、牛乳	米粉スイーツ、牛乳



今月のお誕生日リクエストメニュー



3月組

さん(5日) 納豆巻き、ぎょうざ、**うどん**
 さん(10日) ぎょうざ、ヨーグルト、**タコライス**
 さん(20日) **ナポリタン**、アイス、ドライカレー(カレー)

※太陽組

さん(13日) **からあげ**、メロン、スイカ、うどん、そうめん
 さん(26日) **ラーメン(コーン入り)**、フチダノン(りんご味)、カラフルスプレーがついたチョコドーナツ
 さん(29日) ラーメン、**ハンバーグ**、大根の味噌汁
 さん(2日) **カレー**、ラーメン、からあげ、うどん
 さん(30日) コーン入りしょうゆラーメン、カレー、ナポリタン
ぶどうゼリー

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	457	17.3	14.3	216	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	553	20	17	205	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。

◎水分補給として、麦茶又はイオン飲料を提供しています。

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。