

日 曜	献 立 名	おやつ	材 料 名		
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
5 月	ご飯 スタミナ焼肉 切干大根の煮付け 味噌汁 パイン	牛乳 いちごジャム蒸しパン	精白米／調合油／上白糖 ／白玉麩／蒸しパン ミックス	牛乳／豚こま肉／ツナ ／米みそ／調製豆乳	にんじん／たまねぎ／キャベツ／ にんにく／しょうが／切干しだい こん／いんげん／乾燥わかめ／パ イン缶／いちごジャム
6 火	ご飯 厚揚げのケチャップ煮 マカロニサラダ 洋風スープ りんご	牛乳 わかめおにぎり 以) いりこ	精白米／じゃがいも／ 調合油／上白糖／マカ ロニ／マヨドレ／ごま	牛乳／豚ひき肉／生揚 げ	たまねぎ／コーン缶／トマトピューレ ／きゅうり／にんじん／えのきた け／納豆／りんご／乾燥わかめ
7 水	ご飯 松風焼き 紅白生酢 すまし汁 みかん	牛乳 栗きんとん	精白米／片栗粉／上白 糖／ごま／さつまいも ／日本ぐり	牛乳／鶏ひき肉／米み そ／かまぼこ	にんじん／干しいたけ／ たけのこ／れんこん／だい こん／糸みつば／みかん
8 木	ご飯 中華風あんかけ卵焼き キャベツサラダ 中華風スープ 未) パイン 以) パナナ	牛乳 メロンパン風トースト	精白米／調合油／上白糖 ／片栗粉／食パン／バター ／グラニュー糖／薄力粉	牛乳／卵／豚ひき肉 ／木綿豆腐	にんじん／たけのこ／根深ねぎ ／生しいたけ／グリーンピース／キャ ベツ／きゅうり／にら／パイン缶 ／パナナ
9 金	ご飯 めかじきのコンフレク揚げ もやしとピーマンのソテー 洋風スープ 野菜ジュース	牛乳 カレーピラフ	精白米／米粉／コーン フレーク／調合油／ご ま油	牛乳／めかじき	りょくとうもやし／青ピーマン ／はくさい／にんじん／野菜ジュース ／たまねぎ／グリーンピース
13 火	ご飯 たらこの塩麹焼き ブロッコリーの塩昆布和え 豚汁 (以) コニャク入) りんご	牛乳 ホイップあんぱん	精白米／塩こうじ／ご ま油／ロールパン／こ んにやく	牛乳／すけとうだら／豚 こま肉／米みそ／ホイッ プクリーム／あずき	ブロッコリー／にんじん ／塩昆布／だいこん／根深ね ぎ／ごぼう／りんご
14 水	豆腐ブレッド 鶏のナポリ焼き かぼちゃサラダ 洋風スープ みかん	牛乳 ツナチャーハン	豆腐ブレッド／調合油 ／マヨドレ／精白米 ／ごま油	牛乳／鶏もも肉／大豆 水煮／ツナ	青ピーマン／たまねぎ／にんじん ／かぼちゃ／きゅうり／ぶなしめ じ／キャベツ／みかん／根深ねぎ ／こまつな
15 木	ご飯 おでん (以) コニャク入) きのこサラダ 味噌汁 パイン	ヨーグルト せんべい	精白米／じゃがいも ／上白糖／ごま油／せん べい／こんにやく	牛乳／焼き竹輪／生揚げ ／豚ウイナーソーセージ ／米みそ ／カップヨーグルト	だいこん／納豆／コーン缶／にんじ ん／ぶなしめじ／えのきたけ／切 干しだいこん／乾燥わかめ／パ イン缶
16 金	タンメン チョレギサラダ チーズ グレープフルーツ	牛乳 鮭おにぎり	中華めん／調合油／ご ま油／上白糖／ごま ／精白米	牛乳／かまぼこ／豚こ ま肉／スティックチー ズ／鮭フレーク	にんじん／りょくとうもやし／は くさい／根深ねぎ／生しいたけ ／トマト／きゅうり／もみのり ／グレープフルーツ
19 月	ご飯 すきやき風煮 たたきごぼう 味噌汁 りんご	ヤクルト (ピーチ味) マカロニきな粉	精白米／しらたき／調 合油／上白糖／ごま ／マカロニ	牛乳／豚こま肉／焼き豆 腐／米みそ／乳酸菌飲料 (ヤクルト)／きな粉	えのきたけ／にんじん／は くさい／根深ねぎ／ごぼう ／なす／たまねぎ／りんご
20 火	ご飯 鯉節とごまのふりかけ 豆腐ナゲット 小松菜の磯和え 味噌汁 野菜ジュース	牛乳 焼きそばパン	精白米／ごま／三温糖 ／片栗粉／マヨドレ／調合油 ／上白糖／ロールパン／焼 きそばめん	牛乳／かつお節／絹ご し豆腐／鶏ひき肉／米 みそ／豚ウイナーソーセ ージ	にんにく／しょうが／こまつな ／キャベツ／りょくとうもやし ／刻みのり／にんじん ／なめこ／野菜ジュース ／たまねぎ／青ピー マン／あおのり
21 水	ご飯 未) かわいいの煮付け 以) ぶり大根 ひじききんぴら 味噌汁 未) パイン 以) パナナ	牛乳 ふかし芋	精白米／上白糖／調合 油／ごま油／ごま／さ つまいも	牛乳／かわいい／ぶり ／あさり缶／米みそ	大根／しょうが／干ひじき ／れんこん／にんじん／根 深ねぎ／パイン缶／パナナ
22 木	カレーうどん カワラ-とパ-のサ- チーズ グレープフルーツ	牛乳 ピラフ	うどん／調合油／片栗 粉／ごま油／上白糖 ／精白米	牛乳／豚こま肉／ス ティックチーズ	にんじん／たまねぎ／はくさい ／カリフラワー／赤ピーマン ／黄ピーマン／グレープフルーツ ／コーン缶／グ リンピース
23 金	ご飯 鮭のマヨ焼き じゃが芋の土佐煮 ブロッコリー 味噌汁 みかん	ジョア ビスケット	精白米／マヨドレ ／じゃがいも／上白糖 ／ソフトビスケット	牛乳／鮭／かつお節 ／米みそ／ジョア	ブロッコリー／納豆 ／りょくとうもやし／みかん
26 月	ご飯 旨煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁 りんご	牛乳 きな粉ラスク	精白米／しらたき／調合 油／三温糖／食パン／バ ター／グラニュー糖	牛乳／豚こま肉／凍り 豆腐／米みそ／きな粉	ごぼう／にんじん／たまねぎ ／生しいたけ／グリーンピース ／キャベツ／りょくとうもやし ／しそふりかけ／かぼちゃ ／りんご
27 火	ご飯 未) かわい葱味噌焼 以) サラの葱味噌焼 さつまいものそぼろ煮 具だくさんすまし汁 未) パイン 以) パナナ	牛乳 スノーボールクッキー	精白米／三温糖／さつ まいも／上白糖／薄力 粉／片栗粉／調合油 ／粉糖	牛乳／かわいい／さわ ら／米みそ／鶏ひき肉	根深ねぎ／にんじん／生し いたけ／だいこん／みずな ／パイン缶／パナナ
28 水	ハヤシライス 甘酢サラダ みかん	シリアルミルクがけ	精白米／じゃがいも ／調合油／バター／上白 糖／コーンフレーク	牛乳／豚こま肉／ホ イップクリーム	にんじん／たまねぎ／キャ ベツ／きゅうり／パイン缶 ／みかん
29 木	ご飯 八宝菜 トマトときゅうりのナムル 中華風スープ グレープフルーツ	牛乳 あさりご飯	精白米／調合油／上白 糖／ごま油／片栗粉 ／三温糖／ごま	牛乳／豚こま肉／木綿 豆腐／あさり缶／油揚 げ	はくさい／にんじん／たけのこ ／たまねぎ／生しいたけ ／青ピーマン／トマト ／きゅうり／チンゲン サイ／グレープフルーツ
30 金	ご飯 鶏の利休焼き 磯煮 (以) コニャク入) 味噌汁 パイン	牛乳 レーズン蒸しパン	精白米／ごま／調合油 ／上白糖／蒸しパン ミックス／こんにやく	牛乳／鶏もも肉／大豆 水煮／焼き竹輪／米み そ／調製豆乳	干ひじき／にんじん／い んげん／はくさい／えのきた け／パイン缶／干しぶどう

★おたのしみ給食

※2歳児クラスまでのお子様には午前おやつを提供します。

※仕入れ状況によって献立が変わることがあります。

※午後おやつに飲料の記載がない時は麦茶を提供します。



＜栄養価＞

未満児

以上児

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量
497kcal	19.6g	16.4g	253mg	1.4g
587kcal	22.3g	18.7g	233mg	1.7g