



日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	
		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	ごはん 麦茶 カレー マカロニサラダ オレンジ	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / じゃがいも / 調合油 / マカロニ / マヨネーズ(卵黄型) / ソフトビスケット / ゼリーキャンデー	豚モモ(脂身付き) / ロースハム	玉葱 / にんじん / きゅうり / パレンシアオレンジ	ビスケット 麦茶 スティックゼリー 麦茶 ホットケーキ 麦茶	17種 - 419 kcal たんぱく質 7.3 g 脂質 12.1 g 食塩相当量 1.0 g	
6 火	ごはん 焼き肉 ほうれん草の磯辺和え みそ汁(大根と人参) りんご(0~1歳児はみかん)	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 調合油 / プレミックス粉(ホットケーキ用) / メープルシロップ / ソフトタイプマーガリン	豚ロース(脂身付き) / しらす干し(微乾燥品) / かつお加工品(かつお節) / 油揚げ / 米みそ(赤色辛みそ) / たまご / 牛乳	玉葱 / ほうれん草 / だいず / もやし / だいこん / にんじん / りんご / バナナ	バナナ 麦茶 さつまいもの甘煮 麦茶	17種 - 452 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 12.2 g 食塩相当量 1.8 g	
7 水	ごはん 麦茶 五目煮豆 大根サラダ バナナ	 水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 板こんにやく / 調合油 / 上白糖 / ごまドレッシング(乳化液状) / さつまいも	鶏若鶏肉手羽(皮付) / こんにゃく / 大豆(水煮缶詰) / ロースハム / プロセスチーズ	ごぼう / にんじん / 干し椎茸 / だいこん / きゅうり / パナナ	チーズ 麦茶 せんべい 麦茶	17種 - 369 kcal たんぱく質 10.8 g 脂質 9.4 g 食塩相当量 1.2 g	
8 木	ごはん じゃがいものそぼろ煮 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁(豆腐とわかめ) みかん	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / じゃがいも / 調合油 / 上白糖 / 焼きふ(車ふ) / 甘辛せんべい / ソフトビスケット	鶏若鶏肉ひき肉 / かに風味かまぼこ / わかめ / 木綿豆腐 / 油揚げ / 米みそ(赤色辛みそ)	にんじん / 玉葱 / さやいんげん / きゅうり	ビスケット 麦茶 せんべい 麦茶	17種 - 427 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 9.8 g 食塩相当量 2.6 g	
9 金	バターロール 牛乳 和風ミートボール キャベツのおかか和え バナナ	ロールパン / かつくり粉 / 上白糖 / 調合油 / 甘辛せんべい	牛乳 / 木綿豆腐 / 豚ひき肉 / 鶏若鶏肉ひき肉 / たまご / かつお加工品(かつお節) / 脱脂加糖ヨーグルト	にんじん / 玉葱 / キャベツ / こまつな / バナナ	みかん 麦茶 つすまぎロール 牛乳	17種 - 465 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 15.7 g 食塩相当量 1.3 g	
13 火	ごはん 煮魚 ブロッコリーサラダ みそ汁(じゃがいもと油揚げ) みかん	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 上白糖 / ごまドレッシング(乳化液状) / じゃがいも / ウエハース	めかじき / ロースハム / プロセスチーズ / 油揚げ / わかめ / 米みそ(赤色辛みそ) / 牛乳	ブロッコリー / とうもろこし缶詰(ホル) / にんじん	ウエハース 麦茶	17種 - 553 kcal たんぱく質 24.2 g 脂質 18.8 g 食塩相当量 3.0 g	
14 水	ごはん ひじきの煮物 白菜お浸し みそ汁(小松菜と油揚げ) オレンジ	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 板こんにやく / 上白糖 / 調合油 / 薄力粉	ほしひじき(鉄釜、乾) / さつまいも / 豚ひき肉 / 油揚げ / 大豆(水煮缶詰) / かつお加工品(削り節) / 米みそ(赤色辛みそ) / たまご / さくらえび(煮干し) / 脱脂加糖ヨーグルト	にんじん / はくさい / こまつな / パレンシアオレンジ / キャベツ / ねぎ	ヨーグルト 麦茶	17種 - 397 kcal たんぱく質 16.0 g 脂質 7.0 g 食塩相当量 2.1 g	
15 木	バターロール 牛乳 クリームシチュー 野菜サラダ バナナ	ロールパン / じゃがいも / 調合油 / ごまドレッシング(乳化液状) / 水稲穀粒(精白米、ウチ麦)	牛乳 / 豚モモ(脂身付き) / しろさけ(焼き) / プロセスチーズ	にんじん / 玉葱 / とうもろこし缶詰(ホル) / とうもろこし缶詰(クリーム) / レタス / きゅうり / バナナ	チーズ 麦茶 お好み焼き 麦茶	17種 - 440 kcal たんぱく質 16.6 g 脂質 13.4 g 食塩相当量 1.0 g	
16 金	【お楽しみ給食】 わかめご飯、鶏肉のチリソース ほうれん草のお浸し 野菜スープ いちご オレンジ	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / かつくり粉 / 薄力粉 / 調合油 / 上白糖 / ソフトビスケット	カットわかめ / 鶏若鶏肉 / モモ(皮付き) / かつお加工品(かつお節) / ベーコン	ねぎ / ほうれん草 / だいず / もやし / にんじん / 玉葱 / キャベツ / とうもろこし缶詰(ホル) / いちご / パレンシアオレンジ	ビスケット いちご マフィン 麦茶	17種 - 574 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 24.1 g 食塩相当量 1.4 g	
19 月	ごはん カレー ミルク もやしときゅうりの和え物 生パイン(0歳児はみかん)	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / じゃがいも / 調合油 / 上白糖 / 甘辛せんべい / カスタードプディング / ゼリーキャンデー	豚モモ(脂身付き) / 脱脂粉乳	玉葱 / にんじん / だいず / もやし / きゅうり / パインアップル	せんべい プリン 麦茶 スティックゼリー 麦茶	17種 - 528 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 10.0 g 食塩相当量 1.3 g	
20 火	ごはん 魚のステータ 春雨サラダ かき玉汁 バナナ	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / かつくり粉 / 調合油 / 上白糖 / 緑豆はるさめ / マヨネーズ(卵黄型) / うどん(ゆで) / ソフトビスケット	めかじき / ロースハム / たまご / なんと / 豚モモ(脂身付き)	玉葱 / きゅうり / キャベツ / あさつき / バナナ / 生しいたけ(菌床、生) / 青ピーマン / だいず / もやし / にんじん	焼うどん 麦茶 ビスケット 麦茶	17種 - 490 kcal たんぱく質 16.1 g 脂質 16.4 g 食塩相当量 1.7 g	
21 水	ごはん 麦茶 マーボー豆腐 ほうれん草ナムル りんご(0~1歳児はオレンジ)	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 調合油 / かつくり粉 / ごま油 / ごま(いり) / じゃがいも / 有塩バター / 甘辛せんべい	木綿豆腐 / 豚ひき肉 / ロースハム / プロセスチーズ	しょうが / にんにく(りん茎) / にんじん / 生しいたけ(菌床、生) / ねぎ / なら / ほうれん草 / だいず / もやし / りんご / 玉葱	せんべい 麦茶	17種 - 372 kcal たんぱく質 12.4 g 脂質 10.5 g 食塩相当量 1.0 g	
22 木	バターロール 牛乳 豆腐ハンバーグ 和風サラダ オレンジ	ロールパン / 上白糖 / ごま油	牛乳 / 木綿豆腐 / 豚ひき肉 / 鶏若鶏肉ひき肉 / たまご / 生わかめ / しらす干し(微乾燥品) / プロセスチーズ	玉葱 / にんじん / 青ピーマン / レタス / トマト / きゅうり / パレンシアオレンジ	チーズ 麦茶 お米deりんごタルト 麦茶	17種 - 432 kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 20.5 g 食塩相当量 1.5 g	
23 金	豚丼 ミルク 小松菜のお浸し グレープフルーツ	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 上白糖 / 調合油 / フライドポテト	豚モモ(脂身付き) / 脱脂粉乳 / かつお加工品(かつお節)	にんじん / 玉葱 / ほうれん草 / こまつな / だいず / もやし / グレープフルーツ	フライドポテト 麦茶 みかん 麦茶	17種 - 510 kcal たんぱく質 24.8 g 脂質 14.8 g 食塩相当量 0.9 g	
26 月	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き もやしとわかめの酢物 チンゲン菜スープ りんご(0~1歳児はオレンジ)	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / マヨネーズ(卵黄型) / 上白糖 / かつくり粉 / ミルクチョコレート / ビザクラスト	しろさけ / わかめ / ベーコン / ホップ / クリーム(植物性脂肪) / 脱脂加糖ヨーグルト	玉葱 / にんじん / だいず / もやし / チンゲンツァイ / りんご / バナナ	バナナクレープ 麦茶 ヨーグルト 麦茶	17種 - 409 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 8.1 g 食塩相当量 1.9 g	
27 火	ごはん ミルク 五目卵焼き ポテトサラダ みかん	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 上白糖 / 調合油 / じゃがいも / マヨネーズ(卵黄型) / 甘辛せんべい	脱脂粉乳 / たまご / 鶏若鶏肉ひき肉 / ロースハム	玉葱 / にんじん / 干し椎茸 / 青ピーマン / とうもろこし缶詰(ホル) / きゅうり / りんご(30%果汁入り飲料) / バナナ	せんべい りんごジュース バナナ 麦茶	17種 - 493 kcal たんぱく質 17.2 g 脂質 10.3 g 食塩相当量 0.6 g	
28 水	ごはん 切り干し大根煮 納豆 スパゲティサラダ みそ汁(豆腐とわかめ) りんご(0~1歳児はみかん)	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / 上白糖 / マカロニ / スパゲティ / マヨネーズ(卵黄型) / 有塩バター / ソフトビスケット	油揚げ / 豚ひき肉 / 挽きわり納豆 / ロースハム / 木綿豆腐 / わかめ / 米みそ(赤色辛みそ) / ベーコン	切干しだいこん / 干し椎茸 / にんじん / きゅうり / キャベツ / りんご / 玉葱	ベーコンスパゲティ 麦茶 ビスケット 麦茶	17種 - 466 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 14.1 g 食塩相当量 2.6 g	
29 木	ごはん 麦茶 ぎょうざ ブロッコリー 人参甘煮 オレンジ	水稲穀粒(精白米、ウチ麦) / ぎょうざの皮 / ごま油 / 調合油 / マヨネーズ(卵黄型) / 上白糖 / さつまいも / ウエハース	豚ひき肉 / 牛乳 / 脱脂粉乳	玉葱 / キャベツ / なら / ブロッコリー / にんじん / パレンシアオレンジ	ウエハース 麦茶 みかん 麦茶	17種 - 430 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 8.2 g 食塩相当量 0.8 g	
30 金	コッペパン 牛乳 コロッケ マカロニサラダ バナナ	コッペパン(市販品) / じゃがいも / 薄力粉 / パン粉(乾燥) / 調合油 / 乾燥マッシュポテト / マカロニ / マヨネーズ(卵黄型) / ソフトビスケット	牛乳 / 豚ひき肉 / たまご / ロースハム	玉葱 / にんじん / 青ピーマン / とうもろこし缶詰(ホル) / きゅうり / バナナ / パレンシアオレンジ	クッキー 麦茶 オレンジ 麦茶	17種 - 456 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 18.6 g 食塩相当量 0.8 g	
給与目標量 エネルギー 470kcal 脂質 15g		タンパク質 19g 食塩相当量 1.3g		月平均栄養価		エネルギー 457 kcal 脂質 13.4g	タンパク質 16.5g 食塩相当量 1.5g

※午前おやつは3歳未満児のみ提供しています。