



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		エネルギー	たんぱく質
2月	ごはん 麦茶 煮魚 ほうれん草としめじのレモン酢和え みかん	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 上白糖 / ごま(いり) / 甘辛せんべい / ソフトビスケット	めかじき / 脱脂加糖ヨーグルト	ほうれんそう / ぶなしめじ / だいずもやし / レモン(果汁、生)	せんべい クッキー 麦茶 ヨーグルト 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	432 kcal 19.3 g 8.0 g 1.6 g
3月	【お楽しみ給食】 鬼カレ マカロニサラダ ブロッコリー わかめスープ いちご	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / じゃがいも / マカロニ / マヨネーズ(卵黄型) / ごま(いり) / 甘辛せんべい	豚(ウイナソーセージ、ゆで) / ロースハム / カットわかめ / なた	にんじん / 玉葱 / きゅうり / ブロッコリー / ねぎ / とうもろこし缶詰(ホ-ル) / いちご	とろける豆乳プリン きな粉ボーロ 麦茶 せんべい 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	522 kcal 11.5 g 17.9 g 2.9 g
4月	ごはん 鶏ごぼう 小松菜とツナのごま酢和え みそ汁(豆腐とえのき) バナナ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 板こんにやく / 上白糖 / ごま(いり) / プレミックス粉(ホットケーキ用) / メーブルシロップ / ソフトタイプマーガリン / 調合油	鶏若鶏肉モモ(皮付き) / まぐろ缶詰(水煮フレーク) / 木綿豆腐 / 米みそ(赤色辛みそ) / たまご / 牛乳	ごぼう / にんじん / 干し椎茸 / こまつな / えのきたけ / ねぎ / バナナ / バレンシアオレンジ	ホットケーキ 牛乳 オレンジ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	458 kcal 14.6 g 10.5 g 1.6 g
5月	パン ミルク 五目卵焼き 春雨の炒め物 パン缶	食パン(市販品) / 上白糖 / 調合油 / 普通はるさめ(乾) / 水稲穀粒(精白米、ウチメ) / ゼリーキャンデー	脱脂粉乳 / たまご / 鶏若鶏肉ひき肉 / 豚ひき肉 / カットわかめ	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)	わかめおにぎり 麦茶 スティックゼリー 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	480 kcal 19.0 g 10.4 g 1.0 g
6月	ごはん 白身魚のフライタルソース 納豆 チンゲン菜スープ オレンジ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / パン粉(乾燥) / 調合油 / マヨネーズ(卵黄型) / かたくり粉	すけとうだら / たまご / 挽きわり納豆 / ベーコン	にんじん / 玉葱 / チンゲンツアイ / バレンシアオレンジ / バナナ	フランスクレープ(いちご) 麦茶 バナナ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	411 kcal 14.2 g 13.8 g 1.3 g
9月	ごはん チーズ入りはんぺんフライ 大根サラダ みそ汁(玉葱と人参) みかん缶	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 薄力粉 / パン粉(乾燥) / 調合油 / ごまドレッシング(乳化液状) / ソフトビスケット / ウエハース	はんぺん / プロセスチーズ / たまご / ロースハム / 油揚げ / 米みそ(赤色辛みそ) / ジョアプレーン	だいこん / にんじん / きゅうり / 玉葱	バナナ 麦茶 ビスケット ジョア ウエハース 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	546 kcal 19.9 g 15.4 g 2.7 g
10月	パン 麦茶 クリームシチュー 生野菜 バナナ	食パン(市販品) / じゃがいも / 調合油 / マヨネーズ(卵黄型) / オレンジゼリー / 甘辛せんべい	牛乳 / 豚モモ(脂身付き) / 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	フルーツゼリー せんべい チーズ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	352 kcal 11.6 g 8.7 g 1.3 g
12月	ごはん 麦茶 マーボー豆腐 ジャーマンポテト オレンジ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 調合油 / かたくり粉 / じゃがいも / 食パン(市販品) / ソフトタイプマーガリン	木綿豆腐 / 豚ひき肉 / ウイナソー / ロースハム / プロセスチーズ / 牛乳	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 / たら / とうもろこし缶詰(ホ-ル) / バレンシアオレンジ / きゅうり / レタス / バナナ	サンドイッチ 牛乳 バナナ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	452 kcal 16.4 g 15.5 g 1.3 g
13月	ごはん 牛乳 豚肉のユーリンチー風 もやしのカレー和え バナナ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / かたくり粉 / 調合油 / 上白糖 / ごま油	牛乳 / 豚モモ(脂身付き) / わかめ / 焼き竹輪	しょうが / 玉葱 / だいずもやし / バナナ / バレンシアオレンジ	ロールケーキ 麦茶 オレンジ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	419 kcal 16.0 g 12.7 g 1.1 g
16月	ごはん 鶏肉の甘煮 菜の花のマヨネーズ和え かき玉汁 グレープフルーツ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 上白糖 / マヨネーズ(卵黄型) / 白ごま(いり) / うどん(ゆで) / 衛生ボーロ	鶏若鶏肉モモ(皮付き) / たまご / なた / 豚モモ(脂身付き)	ねぎ / 和種なばな / キャベツ / きゅうり / あさつき / グレープフルーツ / ほうれんそう / にんじん	五目うどん 麦茶 卵ボーロ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	474 kcal 18.9 g 14.0 g 1.8 g
17月	ごはん 鮭の塩焼き ポテトサラダ 豚汁 りんご(0~1歳児はみかん)	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / じゃがいも / マヨネーズ(卵黄型) / 調合油 / 食パン(市販品)	しろさけ / ロースハム / 豚ばら(脂身付) / 木綿豆腐 / 米みそ(赤色辛みそ) / 牛乳	にんじん / とうもろこし缶詰(ホ-ル) / きゅうり / だいこん / ごぼう / ねぎ / りんご / いちご / ジェム(高糖度) / バナナ	ジャムパン 牛乳 バナナ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	512 kcal 23.0 g 16.0 g 1.3 g
18月	ごはん 焼き肉 ブロッコリーサラダ みそ汁(大根と人参) バナナ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 調合油 / ごまドレッシング(乳化液状) / ソフトビスケット	豚ロース(脂身付き) / ロースハム / プロセスチーズ / 油揚げ / 米みそ(赤色辛みそ) / かつお加工品(かつお節)	玉葱 / ブロッコリー / とうもろこし缶詰(ホ-ル) / にんじん / だいこん / バナナ	おかかおにぎり 麦茶 ビスケット 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	567 kcal 18.9 g 18.0 g 1.9 g
19月	ごはん ミルク こどもヤンニャムチキン 白菜お浸し いちご	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / ごま油 / かたくり粉 / 調合油 / 上白糖 / 白ごま(いり) / 蒸し中華めん	脱脂粉乳 / 鶏若鶏肉胸(皮付き) / かつお加工品(削り節) / 豚ひき肉 / あおのり / プロセスチーズ	はくさい / いちご / キャベツ / 玉葱 / にんじん / 青ピーマン / だいずもやし	焼きそば 麦茶 チーズ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	485 kcal 23.7 g 15.1 g 1.4 g
20月	ごはん カレー 麦茶 中華サラダ みかん	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / じゃがいも / 調合油 / 緑豆はるさめ / 上白糖 / ごま油 / 甘辛せんべい	豚モモ(脂身付き) / ロースハム / たまご / 脱脂加糖ヨーグルト	玉葱 / にんじん / だいずもやし / きゅうり / バレンシアオレンジ	ヨーグルト せんべい オレンジ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	437 kcal 13.6 g 9.2 g 1.5 g
24月	ごはん ひじきの煮物 ゆでウイナソー 中華風コーンスープ パン缶	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 板こんにやく / 上白糖 / 調合油 / かたくり粉 / 食パン(市販品) / 有塩バター	ほしひじき(鉄釜、乾) / さつま揚げ / 豚ひき肉 / 油揚げ / 大豆(水煮缶詰) / 豚(ウイナソーセージ、ゆで) / たまご / 牛乳 / 脱脂粉乳 / 脱脂加糖ヨーグルト	にんじん / とうもろこし缶詰(ホ-ル) / とうもろこし缶詰(クリーム) / ねぎ / チンゲンツアイ	フレンチトースト ミルク ヨーグルト 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	541 kcal 24.5 g 15.8 g 1.6 g
25月	ごはん 魚のステーキ 温野菜 みそ汁(豆腐となめこ) グレープフルーツ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / かたくり粉 / 調合油 / 上白糖 / マヨネーズ(卵黄型) / マカロニ / スパゲッティ	めかじき / 木綿豆腐 / 米みそ(赤色辛みそ) / 鶏若鶏肉ひき肉	玉葱 / キャベツ / だいずもやし / ブロッコリー / にんじん / とうもろこし缶詰(ホ-ル) / なめこ / ねぎ / グレープフルーツ / 青ピーマン / バレンシアオレンジ	マカロニポリタン 麦茶 オレンジ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	389 kcal 16.3 g 10.9 g 2.0 g
26月	ごはん 肉じゃがが煮 りゃんぱんさんすう 野菜スープ いちご	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / じゃがいも / 上白糖 / 調合油 / 緑豆はるさめ / ごま油 / 肉まん	豚モモ(脂身付き) / たまご / ロースハム / ベーコン / 脱脂粉乳	にんじん / 干し椎茸 / 玉葱 / さやいんげん / きゅうり / キャベツ / とうもろこし缶詰(ホ-ル) / ほうれんそう / いちご / バナナ	肉まん ミルク バナナ 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	569 kcal 23.1 g 9.8 g 2.4 g
27月	ハヤシライス 麦茶 ツナサラダ バナナ	水稲穀粒(精白米、ウチメ) / 調合油 / ごまドレッシング(乳化液状) / ソフトビスケット / ゼリーキャンデー	豚モモ(脂身付き) / まぐろ缶詰(油漬フレーク)	にんじん / 玉葱 / ぶなしめじ / レタス / きゅうり / とうもろこし缶詰(クリーム) / バナナ / りんご(30%果汁入り飲料)	ビスケット りんごジュース スティックゼリー 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	459 kcal 9.6 g 11.1 g 1.2 g
給与目標量		エネルギー 450kcal たんぱく質 18g 脂質 15g 塩分相当量 1.3g	月平均栄養価	エネルギー 473kcal たんぱく質 17.5g 脂質 12.9g 塩分相当量 1.7g			

※午前おやつは3歳未満児のみ提供しています。