



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	タンパク質
2月	ごはん 麦茶 ポークピカタ きゃべつサラダ オレンジ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／薄力粉／調合油／有塩バター／上白糖／マヨネーズ(卵黄型)／甘辛せんべい／カスタードフディング	豚ロース(脂身付き)／たまご／パルメザンチーズ	キャベツ／にんじん／ブロッコリー／パレンシアオレンジ／バナナ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	445 kcal たんぱく質 14.8 g 脂 質 13.8 g 食塩相当量 0.6 g	
3月	春色ちらしご飯 鶏のからあげレモンソース レタス マカロニサラダ すまし汁(豆腐とあさつき) いちご	水稲穀粒(精白米、カブ米)／かたくり粉／調合油／上白糖／マヨネーズ(卵黄型)／マカロニ／桜もち(関東風)／ひなあられ(関東風)	ロースハム／焼きのり／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／木綿豆腐／なると／乳酸菌飲料(殺菌)／プロセスチーズ	きゅうり／レモン(果汁、生)／レタス／にんじん／あさつき／いちご	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	491 kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 2.2 g	
4月	パン ミルク クリームシチュー 青菜のじゃこ和え バナナ	食パン(市販品)／じゃがいも／調合油／水稲穀粒(精白米、カブ米)／上白糖	脱脂粉乳／牛乳／豚モモ(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／鶏若鶏肉ひき肉／あおのり	にんじん／玉葱／とうもろこし缶詰(ホ乳)／とうもろこし缶詰(クリーム)／こまつな／バナナ／ショウガ(根、皮無、生、和)／さやいんげん／パレンシアオレンジ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	395 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 5.7 g 食塩相当量 1.6 g	
5月	ごはん 麦茶 切り干し大根煮 ゆでウインナー 温野菜 いよかん	水稲穀粒(精白米、カブ米)／上白糖／マヨネーズ(卵黄型)／食パン(市販品)／有塩バター／甘辛せんべい	油揚げ／豚ひき肉／豚(ウインナーセージ、ゆで)／牛乳／たまご	切干しだいこん／干し椎茸／にんじん／キャベツ／だいずもやし／ブロッコリー／とうもろこし缶詰(ホ乳)／いよかん	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	520 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 1.3 g	
6月	ごはん ぎょうざ ブロッコリー みそ汁(豆腐とわかめ) オレンジ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／ぎょうざの皮／ごま油／調合油／マヨネーズ(卵黄型)／甘辛せんべい	豚ひき肉／木綿豆腐／わかめ／油揚げ／みそ(赤色辛みそ)／脱脂加糖ヨーグルト	玉葱／キャベツ／にら／ブロッコリー／パレンシアオレンジ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	517 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 14.1 g 食塩相当量 2.0 g	
9月	パン ハムエッグ チンゲン菜ナムル 野菜スープ みかん缶	食パン(市販品)／ごま(いり)／ごま油／水稲穀粒(精白米、カブ米)／上白糖／ウエハース	ロースハム／たまご／ブロッコリー／ベーコン／油揚げ	チンゲンツァイ／にんじん／だいずもやし／玉葱／キャベツ／とうもろこし缶詰(ホ乳)／ほうれんそう	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	432 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 13.0 g 食塩相当量 2.1 g	
10月	ごはん 煮魚 りゃんぱんさんすう 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、カブ米)／上白糖／緑豆はるさめ／ごま油／薄力粉／プレミックス粉(ホットケーキ用)／調合油	めかじき／たまご／ロースハム／油揚げ／みそ(赤色辛みそ)／牛乳	きゅうり／にんじん／だいこん／りんご／パレンシアオレンジ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	517 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 15.6 g 食塩相当量 2.3 g	
11月	ごはん カレー ミルク スパゲティサラダ いちご	水稲穀粒(精白米、カブ米)／じゃがいも／調合油／マカロニスパゲティ／マヨネーズ(卵黄型)／オレンジゼリー／カスタードフディング	豚モモ(脂身付き)／脱脂粉乳／ロースハム／らくらくほいつぶ	玉葱／にんじん／きゅうり／キャベツ／いちご／バナナ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	506 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 12.9 g 食塩相当量 1.2 g	
12月	ごはん 麦茶 豆腐ハンバーグ 白菜お浸し オレンジ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／上白糖／ごま油／マカロニスパゲティ／調合油	木綿豆腐／豚ひき肉／鶏若鶏肉ひき肉／たまご／かつお加工品(削り節)／パルメザンチーズ	玉葱／にんじん／青ピーマン／はくさい／パレンシアオレンジ／バナナ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	383 kcal たんぱく質 14.6 g 脂 質 9.3 g 食塩相当量 0.8 g	
13月	【お楽しみ給食】 ごはん、焼き肉 ブロッコリーサラダ みそ汁(豆腐となめこ) バナナチョコソースかけ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／板こんにやく／上白糖／じゃがいも／マヨネーズ(卵黄型)／水稲穀粒(精白米、もち米)／ごま(いり)	豚ロース(脂身付き)／ロースハム／プロセスチーズ／木綿豆腐／みそ(赤色辛みそ)／牛乳	玉葱／ブロッコリー／とうもろこし缶詰(ホ乳)／にんじん／なめこ／ねぎ／バナナ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	616 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 22.3 g 食塩相当量 2.2 g	
16月	ごはん ミルク マーボー豆腐 もやしのカレー和え 生パン	水稲穀粒(精白米、カブ米)／調合油／かたくり粉／上白糖／ソフトビスケット	脱脂粉乳／木綿豆腐／豚ひき肉／わかめ／焼き竹輪／牛乳／脱脂加糖ヨーグルト	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／にら／だいずもやし／パインアップル	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	513 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 13.5 g 食塩相当量 1.5 g	
17月	ごはん 麦茶 鶏ごぼう ポテトサラダ グレープフルーツ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／板こんにやく／上白糖／じゃがいも／マヨネーズ(卵黄型)／水稲穀粒(精白米、もち米)／ごま(いり)	鶏若鶏肉モモ(皮付き)／ロースハム／きな粉(大豆)	ごぼう／にんじん／干し椎茸／とうもろこし缶詰(ホ乳)／きゅうり／グレープフルーツ／バナナ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	432 kcal たんぱく質 10.2 g 脂 質 7.4 g 食塩相当量 0.4 g	
18月	【パンバイキング】 パン、エビフライ ほうれん草サラダ コンスープ いちご	コッペパン(市販品)／薄力粉／パン粉(乾燥)／調合油／上白糖／マヨネーズ(卵黄型)／焼きふ(車ふ)／有塩バター／ゼリーキャンデー	大正えび／たまご／牛乳	ほうれんそう／にんじん／とうもろこし缶詰(ホ乳)／とうもろこし缶詰(クリーム)／いちご	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	474 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 1.3 g	
19月	ごはん 鶏肉と大豆の五目煮 納豆 白菜スープ バナナ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／かたくり粉／さつまいも／調合油／上白糖／緑豆はるさめ／甘辛せんべい	大豆(水煮缶詰)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／挽きわり納豆／ベーコン	ショウガ(根、皮無、生、和)／にんじん／ほうれんそう／はくさい／グリーンピース(冷凍)／バナナ／りんご(30%果汁入り飲料)／パレンシアオレンジ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	510 kcal たんぱく質 14.5 g 脂 質 11.8 g 食塩相当量 2.0 g	
23月	ごはん 麦茶 ひじきの煮物 チキンナゲット キャベツのしらす和え みかん缶	水稲穀粒(精白米、カブ米)／板こんにやく／上白糖／調合油／食パン(市販品)	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)／鶏(チキンナゲット)／しらす干し(微乾燥品)／かつお加工品(かつお節)／脱脂粉乳／プロセスチーズ	にんじん／キャベツ／だいずもやし／いちごジャム(高糖度)	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	497 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 14.8 g 食塩相当量 2.3 g	
24月	【卒園式】 ごはん 魚のステーキ きゅうりとわかめの酢の物 かき玉汁 オレンジ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／かたくり粉／調合油／上白糖／焼きふ(車ふ)／ウエハース	めかじき／かに風味かまぼこ／わかめ／たまご／なると／かつお加工品(かつお節)	玉葱／きゅうり／あさつき／パレンシアオレンジ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	463 kcal たんぱく質 15.9 g 脂 質 9.6 g 食塩相当量 2.2 g	
25月	ごはん 麦茶 チキンカレー 野菜サラダ バナナ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／じゃがいも／調合油／ごまドレッシング(乳化液状)／オレンジゼリー／甘辛せんべい／ソフトビスケット	鶏若鶏肉モモ(皮付き)	玉葱／にんじん／大根(福神漬)／レタス／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホ乳)／バナナ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	463 kcal たんぱく質 9.0 g 脂 質 10.8 g 食塩相当量 1.5 g	
26月	ごはん 麦茶 鮭のマヨネーズ焼き 中華サラダ りんご(0～1歳児はみかん)	水稲穀粒(精白米、カブ米)／マヨネーズ(卵黄型)／緑豆はるさめ／上白糖／ごま油／プレミックス粉(ホットケーキ用)／調合油	しろさけ／ロースハム／たまご／ヨーグルト(低脂肪無糖)／脱脂粉乳	玉葱／にんじん／だいずもやし／きゅうり／りんご／バナナ／パレンシアオレンジ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	474 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 11.7 g 食塩相当量 1.0 g	
27月	ごはん 麦茶 鶏肉の甘煮 ツナサラダ パン缶	水稲穀粒(精白米、カブ米)／上白糖／ごまドレッシング(乳化液状)／ソフトビスケット	鶏若鶏肉モモ(皮付き)／まぐろ缶詰(油漬フレーク)／プロセスチーズ	ねぎ／レタス／きゅうり／とうもろこし缶詰(クリーム)	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	473 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.0 g	
30月	ごはん 麦茶 一口カツ 和風サラダ バナナ	水稲穀粒(精白米、カブ米)／パン粉(乾燥)／調合油／ごま油／上白糖／甘辛せんべい／ゼリーキャンデー	豚ひれ／たまご／生わかめ／しらす干し(微乾燥品)／脱脂加糖ヨーグルト	レタス／トマト／きゅうり／バナナ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	469 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 6.2 g 食塩相当量 0.9 g	
31月	パン スパゲティポークビーンズ ほうれん草ナムル わかめスープ オレンジ	食パン(市販品)／マカロニスパゲティ／上白糖／調合油／ごま油／ごま(いり)／イングリッシュマフィン／衛生ポーロ	大豆(水煮缶詰)／豚ひき肉／パルメザンチーズ／カットわかめ／なると	玉葱／にんじん／ほうれんそう／だいずもやし／ねぎ／とうもろこし缶詰(ホ乳)／パレンシアオレンジ	せんべい プリン 麦茶 バナナ 麦茶 桜餅 ひなあられ カルピス 子一ズ 麦茶 五目おにぎり 麦茶	383 kcal たんぱく質 13.8 g 脂 質 8.5 g 食塩相当量 2.1 g	

給与目標量 エネルギー 450kcal タンパク質 18g 月平均栄養価 エネルギー 475 kcal タンパク質 17.7g
脂 質 15g 塩分相当量 1.3g 脂 質 12.9g 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。