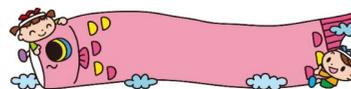




令和5年5月 献立表

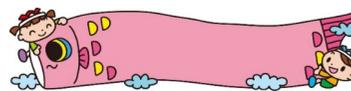


3歳以上児

日 曜	食 食		あか	黄	みどり	栄養価	行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
1 月	アスパラシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 ゴールドキウイ	なかよしヨーグルト いも花子	若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マカロニ・スパゲッティ(乾) 芋かりんとう	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) アスパラガス(若茎、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 427kcal タンパク: 14.3g 脂質: 16.5g	食塩相当量: 0.8g
2 火	ミートボール キャベツ和え すまし汁 じゃがバター オレンジ	牛乳100 チーズ蒸しパン (手作り)	ぶた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 かつお節 絹ごし豆腐	パン粉(乾燥) でん粉 調合油 じゃがいも 有塩バター プレミックス粉(ホットケーキ用) オリーブ油	たまねぎ にんじん キャベツ(結球葉、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 482kcal タンパク: 21.1g 脂質: 21.2g	食塩相当量: 2.4g
3 水							憲法記念日
4 木							みどりの日
5 金							こどもの日
6 土	たまごサンド コロコロスープ 牛乳100 オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	クリーム(乳脂肪) ソーセージ(ワインナー) 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	ロールパン パン粉(乾燥) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	トマト加工品 たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) にんにく(りん茎、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 690kcal タンパク: 20.5g 脂質: 22.5g	食塩相当量: 2.5g
7 日							
8 月	ハッシュドポーク ちくわとさつま揚げ煮 牛乳100 ゴールドキウイ	野菜生活100 ビスコ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 生揚げ さつま揚げ 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 439kcal タンパク: 15.3g 脂質: 18.8g	食塩相当量: 1.9g
9 火	豚肉の生姜焼き コールスローサラダ なめこ汁 ブロッコリーのおかか和え 美生柑	ヨーグルトドリンク せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) しょうが キャベツ にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) なめこ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 433kcal タンパク: 16.9g 脂質: 18.6g	食塩相当量: 1.4g
10 水	かつおの竜田揚げ 土佐和え 白菜汁 ペイコポテト オレンジ	牛乳100 焼きそばパン(手作り)	かつお(秋獲り、生) かつお節 油揚げ さつま揚げ 普通牛乳 ぶた大型種、かた(脂身つき、生)	でん粉 調合油 ごま油 じゃがいも オリーブ油 蒸し中華めん マヨネーズ(全卵型) コッペパン	しょうが 乾燥わかめ ほうれんそう にんじん はくさい 根深ねぎ バレンシアオレンジ キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) あおさ(素干し)	エネルギー: 513kcal タンパク: 24.3g 脂質: 22.9g	食塩相当量: 2.2g
11 木	五目昆布煮 ブロッコリーキッシュ えのき汁 茹でアスパラ 美生柑	牛乳100 じゃが丸君 (手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 油揚げ さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 薄力粉(1等) 有塩バター じゃがいも マヨネーズ(全卵型) プレミックス粉 まんじゅう(蒸し)	みつしこんぶ ごぼう にんじん たまねぎ スイートコーン缶詰 ブロッコリー えのきたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー: 473kcal タンパク: 16.3g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 2.2g
12 金	お土産						春の合同遠足
13 土	ピーナツサンド コーンチャウダー 牛乳100 オレンジ	ヤクルト ビスケット	成鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	食パン らっかせい(ピーナツバター) オリーブ油 有塩バター 薄力粉(1等) ビスケット(ハード)	スイートコーン缶詰 たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 747kcal タンパク: 13.1g 脂質: 27.4g	食塩相当量: 2.8g
14 日							
15 月	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳100 ゴールドキウイ	なかよしヨーグルト ビスケット	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) エリンギ(生) えのきたけ(生) ぶなしめじ(生) ブロッコリー(花序、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 400kcal タンパク: 13.1g 脂質: 15.9g	食塩相当量: 1.7g
16 火	タンドリーチキン マカロニサラダ まいたけ汁 茹でアスパラ 美生柑	スポロン せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	にんにく たまねぎ(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん まいたけ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(素干し) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー: 463kcal タンパク: 18.1g 脂質: 18g	食塩相当量: 1.5g



令和5年5月 献立表



3歳以上児

日 曜	食 食		あか	黄	みどり	栄養価	行事	
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
17 水	鮭の西京焼き 中華ソテー ニラ玉汁 きやべつの塩昆布和え オレンジ	牛乳100 ラスク(手作り)	米みそ(甘みそ) ペにぎげ(生) ぶた 大型種 かつ(脂身つき、生) 絹ごし豆 腐 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳	オリーブ油 ごま油 緑豆はるさめ(乾) 食パン ざらめ糖(グラニュー糖)	たまねぎ にんじん スイートコーン缶詰 きくらげ チ ンゲンサイ(葉、生) 根深ねぎ キャベツ(結球 葉、生) 塩昆布 バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 475kcal タンパク: 23.6g 脂質: 19.4g	食塩相当量: 2g	
18 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 けんちん汁 ゴールドキウイ	ジョア クッキー	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納 豆 ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 木綿豆腐	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、 生) さといも(球茎、水煮) ビスケット (ハード)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) まこんぶ(葉干し、乾) だいこん(根、皮つき、生) こ ほう(根、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 458kcal タンパク: 20.9g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1.8g	
19 金	鶏の唐揚げ 青菜のごま和え 春キャベツ汁 粉ふき芋 たけのごこ飯 オレンジ	牛乳100 誕生ケーキ	成鶏 もも(皮つき、生) 油揚げ 米み そ(甘みそ) 普通牛乳	でん粉 調合油 ごま油 ごま(いり) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀 粒(精白米) ショートケーキ	根深ねぎ にんにく(りん茎、生) ほうれんそう にん じん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) キャベツ(結 球葉、生) たけのごこ飯	エネルギー: 566kcal タンパク: 20.7g 脂質: 30.2g	食塩相当量: 1.9g	誕生会
20 土	甘バターサンド ボルシチ 牛乳200 オレンジ	リンゴジュース せんべい	ホイップクリーム(植物性脂肪) ぶた 大型種 かつ(脂身つき、生) 普通牛 乳	食パン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、 皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんにく たまねぎ(りん茎、生) にんじん キャベツ (結球葉、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) ほう れんそう(葉、通年平均、生) バレンシアオレンジ	エネルギー: 757kcal タンパク: 24.5g 脂質: 23.9g	食塩相当量: 3g	
21 日								
22 月	ブロッコリーシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 ゴールドキウイ	ヤクルト せんべい	成鶏 もも(皮つき、生) 普通牛乳 生揚げ 焼き竹輪	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩 せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) にんじん(根、 皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) キウイフルーツ (緑肉種、生)	エネルギー: 419kcal タンパク: 16.1g 脂質: 11g	食塩相当量: 1.4g	
23 火	鶏肉のバーベキューソース スパゲティサラダ とろりんスープ 青菜とえのき和え メロン	牛乳100 中華まん(手作り)	若鶏 もも(皮つき、生) 若鶏 ささ身 (生) かに風味かまぼこ 鶏卵 全卵 (生) 普通牛乳 ぶた ひと肉(生)	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ マヨ ネーズ ごま(いり) でん粉 ごま油 薄 力粉(1等) 強力粉(1等)	しょうが りんご 根深ねぎ にんにく きゅうり にんじ ん たまねぎ えのきたけ(生) 乾燥わかめ ほうれ んそう(葉、通年平均、生) メロン にら(葉、生)	エネルギー: 526kcal タンパク: 24.8g 脂質: 24.7g	食塩相当量: 2.2g	
24 水	さばの竜田揚げ ひじきサラダ 豆麩汁 ブロッコリーのおかか和え オレンジ	牛乳100 スパゲティパン (手作り)	まさば(生) 米みそ(甘みそ) かつお 節 普通牛乳 ソーセージ ホイップク リーム(植物性脂肪)	でん粉 調合油 マヨネーズ 焼きふ(観 世ふ) コッペパン オリーブ油 マカロ ニ・スパゲッティ(乾)	しょうが ひじき にんじん きゅうり さやいんげん た まねぎ 乾燥わかめ ブロッコリー バレンシアオレンジ 青ピーマン トマト缶詰	エネルギー: 507kcal タンパク: 22.6g 脂質: 23g	食塩相当量: 2.2g	
25 木	酢豚 花型卵 キャベツ汁 ゴールドキウイ	牛乳 きなこクッキー (手作り)	ぶた大型種 もも(赤肉、生) 鶏卵 全 卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) でん粉(じゃがいもでん粉) アイス クリーム(普通脂肪)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん 乾しいたけ(乾) 青ピーマン バインアップル(缶詰) キャベツ 根深ねぎ(葉、軟白、生) キウイフルーツ	エネルギー: 350kcal タンパク: 15.1g 脂質: 12.7g	食塩相当量: 1.4g	
26 金	鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 鶏南蛮汁 茹でアスパラ メロン	牛乳100 おにぎり(手作り)	若鶏 もも(皮つき、生) 木綿豆腐 若 鶏 もも(皮なし、生) 普通牛乳 プロ セスチーズ	ごま油 そうめん、ひやむぎ(乾) でん 粉(じゃがいもでん粉) マヨネーズ(全卵 型) 水稲穀粒(精白米)	にんじん ごぼう ひじき たまねぎ(りん茎、生) 根 深ねぎ(葉、軟白、生) みつまいこんぶ(葉干し) ア スパラガス(若茎、生) メロン	エネルギー: 507kcal タンパク: 23.8g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 2.8g	
27 土	ソフトフランスピーナツパン 豚肉とピーマンの炒めもの 牛乳200 オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 普 通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツパ ター) でん粉(じゃがいもでん粉) ごま 油 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) たけのこ (ゆで) 青ピーマン(果実、生) バレンシアオレンジ (砂じょう、生)	エネルギー: 616kcal タンパク: 22.3g 脂質: 21.1g	食塩相当量: 2.2g	
28 日								
29 月	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳100 ゴールドキウイ	ジョア せんべい	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) い かなこ(生) 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エ リンギ(生) ブロッコリー(花序、生) キウイフルーツ (緑肉種、生)	エネルギー: 444kcal タンパク: 18.3g 脂質: 14.1g	食塩相当量: 1.9g	
30 火	蒸し団子 温野菜 えのき汁 おさつバター オレンジ	フルーツヨーグルト (手作り) いも花子	ぶた ひと肉(生) 普通牛乳 鶏卵 全 卵(生) 米みそ(甘みそ) ヨーグルト (全脂無糖)	水稲穀粒 パン粉(乾燥) でん粉 ごま 油 オリーブ油 さつまいも 有塩バター ざらめ糖(グラニュー糖) 芋かりんとう	たまねぎ 根深ねぎ しょうが キャベツ ブロッコリー にんじん えのきたけ(生) 乾燥わかめ バレンシア オレンジ パナナ なつみかん もも	エネルギー: 443kcal タンパク: 14.9g 脂質: 15.5g	食塩相当量: 1.7g	
31 水	白身魚のタルタルソース 青菜和え わかめ汁 金時豆 メロン	牛乳100 セサミトースト (手作り)	まだら(生) 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆 腐 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉 調合油 マヨ ネーズ ごま(いり) ざらめ糖 ざらめ糖 有塩バター 食パン	ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つ き、生) 緑豆もやし(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾 燥わかめ(葉干し) メロン(温室メロン、生)	エネルギー: 563kcal タンパク: 25.2g 脂質: 22.8g	食塩相当量: 2.4g	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



令和5年5月 献立表

3歳未満児



日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	行事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える		
1月	スポロン せんべい	アスパラシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 ゴールドキウイ ご飯	なかよしヨーグルト いも花子	若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	米菓(塩せんべい) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マカロニスバゲッティ(乾) 水稲穀粒(精白米) 幸かりんとう	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) アスパラガス(若茎、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 592kcal タンパク: 16.2g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1g
2火	麦茶 ビスケット	ミートボール キャベツ和え すまし汁 じゃがバター オレンジ ご飯	牛乳100 チーズ蒸しパン (手作り)	ふた、ひき肉(生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳 かつお節 絹ごし豆腐	ビスケット(ハード) パン粉(乾燥) でん粉 調合油 じゃがいも 有塩バター 水稲穀粒 プレミックス粉 オリーブ油	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 562kcal タンパク: 20.4g 脂質: 19.6g	食塩相当量: 2.2g
3水								 憲法記念日
4木								 みどりの日
5金								こどもの日
6土	麦茶 ビスコ	たまごサンド コロコロスープ 牛乳100 オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	ふた、ひき肉(生) クリーム(乳脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ロールパン パン粉(乾燥) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	トマト加工品(ピューレー) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) にんにく(りん茎、生) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 608kcal タンパク: 17.1g 脂質: 21.1g	食塩相当量: 2.5g
7日								
8月	ぶどうジュース せんべい	ハッシュドポーク ちくわとさつま揚げ煮 牛乳100 ゴールドキウイ ご飯	野菜生活100 ビスコ	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 生揚げ さつま揚げ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリーブ油 マカロニスバゲッティ(乾) 水稲穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロccoli(花序、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 578kcal タンパク: 15.8g 脂質: 16.6g	食塩相当量: 1.9g
9火	ゼリー(りんご)	豚肉の生姜焼き コールスローサラダ なめこ汁 ブロッコリーのおかか和え 美生柑 ご飯	ヨーグルトドリンク (手作り) せんべい	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	オリーブ油 マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) なめこ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ブロccoli(花序、生)	エネルギー: 505kcal タンパク: 15.1g 脂質: 15g	食塩相当量: 1.1g
10水	麦茶 バナナ	かつおの竜田揚げ 土佐和え 白菜汁 ペイクドポテト オレンジ ご飯	牛乳100 焼きそばパン (手作り)	かつお(秋獲り、生) かつお節 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ぶた大型種、かた(脂身つき、生)	でん粉 調合油 ごま油 じゃがいも オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 蒸し中華めん マヨネーズ(全卵型) コッペパン	バナナ(生) しょうが(根茎、生) 乾燥わかめ ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) はくさい 根深ねぎ ハレンシアオレンジ キャベツ 緑豆もやし(生) あおき(素干し)	エネルギー: 587kcal タンパク: 22.3g 脂質: 18.4g	食塩相当量: 1.8g
11木	なかよしヨーグルト	五目昆布煮 ブロccoliキッシュ えのき汁 茹でアスパラ 美生柑 ご飯	牛乳100 じゃが丸君 (手作り)	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 油揚げ さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 薄力粉 有塩バター じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(てんぷら用) まんじゅう(蒸し)	みついしこんぶ(素干し) ごぼう(根、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ スイートコーン缶詰 ブロccoli(花序、生) えのきたけ(生) 乾燥わかめ アスパラガス	エネルギー: 596kcal タンパク: 17.6g 脂質: 18.6g	食塩相当量: 1.9g 
12金		お土産			米菓(塩せんべい)		エネルギー: 0kcal タンパク: 0g 脂質: 0g	食塩相当量: 0g 春の合同遠足
13土	麦茶 麩菓子	ピーナツサンド コーンチャウダー 牛乳100 オレンジ	ヤクルト ビスケット	成鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	食パン らっかせい(ピーナツバター) オリーブ油 有塩バター 薄力粉(1等) ビスケット(ハード)	スイートコーン缶詰(クリームスタイル) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ハレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 616kcal タンパク: 20.5g 脂質: 22.2g	食塩相当量: 2.2g
14日								
15月	フルーツジュース せんべい	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳100 ゴールドキウイ ご飯	なかよしヨーグルト ビスケット	ふた大型種、かた(脂身つき、生) いかな(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) エリンギ(生) えのきたけ(生) ぶなしめじ(生) ブロccoli(花序、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 545kcal タンパク: 14.6g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 1.7g
16火	ゼリー(ぶどう)	タンダリーチキン マカロニサラダ まいたけ汁 茹でアスパラ 美生柑 ご飯	スポロン せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト(全脂無糖) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	マカロニスバゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(素干し) アスパラガス	エネルギー: 540kcal タンパク: 16.4g 脂質: 14.6g	食塩相当量: 1.3g



令和5年5月 献立表

3歳未満児



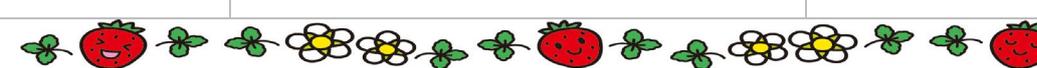
日曜	献立名			あか 体をつくる 血や肉になる	黄 かや体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	栄養価	行事	
	朝間	昼食	昼間						
17 水	麦茶 バナナ	鮭の西京焼き 中華ソテー ニラ玉汁 きゃべつの塩昆布和え オレンジ ご飯	牛乳100 ラスク(手作り)	米みそ(甘みそ) ベにぎ(生) ぶた 大型種 かつ(脂身つき、生) 絹ごし 豆腐 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳	オリーブ油 ごま油 緑豆はるさめ (乾) 水稲穀粒(精白米) 食パン ざ らめ糖(グラニュー糖)	バナナ たまねぎ にんじん スweetコーン 缶詰 きくらげ(乾) チンゲンサイ には(葉、 生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) キャベツ(結 球葉、生) 塩昆布 バレンシアオレンジ	エネルギー: 553kcal たんぱく: 20.9g 脂質: 16.8g	食塩相当量: 1.6g	
18 木	なかよしヨーグルト	五目納豆 さつま芋の甘煮 けんちん汁 ゴールドキウイ ご飯	ジョア クッキー	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納 豆 ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 木綿豆腐	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮む き、生) さといも(球茎、水煮) 水稲 穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つ き、生) まこんぶ(葉干し、乾) だいこん (根、皮つき、生) ごぼう(根、生) キウフ ルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 567kcal たんぱく: 20.5g 脂質: 15g	食塩相当量: 1.7g	
19 金	麦茶 たまごポーロ	鶏の唐揚げ 青菜のごま和え 春キャベツ汁 粉ふき芋 たけのこご飯 オレンジ	牛乳100 誕生ケーキ	成鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ 米 みそ(甘みそ) 普通牛乳	ポーロ(衛生ポーロ) でん粉 調合油 ごま油 ごま(いり) じゃがいも(塊 茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) シートのケーキ	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんにく(りん茎、 生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にん じん(根、皮つき、生) 緑豆やし(生) キャ ベツ(結球葉、生) たけのこ(ゆで)	エネルギー: 652kcal たんぱく: 18.5g 脂質: 23.8g	食塩相当量: 1.5g	誕生会
20 土	麦茶 ビスケット	甘バターサンド ポルシチ 牛乳100 オレンジ	リンゴジュース せんべい	ホイップクリーム(植物性脂肪) ぶた 大型種 かつ(脂身つき、生) 普通牛 乳	ビスケット(ハード) 食パン オリーブ 油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米 菓(塩せんべい)	にんにく たまねぎ にんじん(根、皮つき、 生) キャベツ(結球葉、生) トマト缶詰(ホー ル、食塩無添加) ほうれんそう(葉、通年平均 、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 583kcal たんぱく: 16.6g 脂質: 17.1g	食塩相当量: 2.1g	
21 日									
22 月	ぶどうジュース ビスコ	ブロッコリーシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 ゴールドキウイ ご飯	ヤクルト せんべい	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 生揚げ 焼き竹輪	オリーブ油 マカロニスバゲッティ (乾) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべ い)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) にんじ ん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) キウフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 593kcal たんぱく: 21.5g 脂質: 12.9g	食塩相当量: 1.2g	
23 火	ゼリー(りんご)	鶏肉のパーベキューソース スパゲティサラダ とろりんスープ 青菜とえのき和え メロン ご飯	牛乳100 中華まん(手作り)	若鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、ささ身 (生) かに風味かまぼこ 鶏卵 全卵 (生) 普通牛乳 ぶた、ひき肉(生)	オリーブ油 マカロニスバゲッティ (乾) マヨネーズ ごま でん粉 ごま 油 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1 等) 強力粉(1等)	しょうが りんご 根深ねぎ にんにく きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ 乾燥わかめ ほうれんそう メロン には(葉、生)	エネルギー: 590kcal たんぱく: 21.5g 脂質: 20.7g	食塩相当量: 2.1g	
24 水	麦茶 バナナ	さばの竜田揚げ ひじきサラダ 豆麩汁 ブロッコリーのおかか和え オレンジ ご飯	牛乳100 スパゲティパン (手作り)	まさば(生) 米みそ(甘みそ) かつお 節 普通牛乳 ソーセージ(ウイン ナー) ホイップクリーム(植物性脂肪)	でん粉 調合油 マヨネーズ 焼きふ (親世ふ) 水稲穀粒(精白米) コッパ パン オリーブ油 マカロニスバゲッ ティ(乾)	バナナ しょうが ひじき にんじん きゅうり さやいんげん たまねぎ(りん茎、生) 乾燥 わかめ(葉干し) ブロッコリー バレンシアオレ ンジ 青ピーマン(果実、生) トマト缶詰	エネルギー: 593kcal たんぱく: 21.4g 脂質: 19.1g	食塩相当量: 1.9g	
25 木	なかよしヨーグルト	酢豚 花型卵 キャベツ汁 ゴールドキウイ ご飯	牛乳 きなこクッキー (手作り)	ぶた大型種、もも(赤肉、生) 鶏卵 全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮な し、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) アイスクリーム (普通脂肪)	しょうが(根茎、生) たまねぎ にんじん(根、 皮つき、生) 乾しいたけ(乾) 青ピーマン(果 実、生) バンアップル(缶詰) キャベツ 根 深ねぎ キウフルーツ	エネルギー: 477kcal たんぱく: 15.6g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.3g	
26 金	麦茶 ビスケット	鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 鶏南蛮汁 焼きアスパラ メロン ご飯	牛乳100 おにぎり (手作り)	若鶏、もも(皮つき、生) 木綿豆腐 若鶏、もも(皮なし、生) 普通牛乳 プ ロセスチーズ	ビスケット(ハード) ごま油 そうめ ん、ひやむぎ(乾) でん粉(じゃがいも でん粉) マヨネーズ(全卵型) 水稲 穀粒(精白米)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ひじき(ほしひじき) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) みつまいこんぶ(葉 干し) アスパラガス(若茎、生) メロン	エネルギー: 597kcal たんぱく: 22g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 2.6g	
27 土	麦茶 麩菓子	ソフトフランスピーナツパン 豚肉とピーマンの炒めもの 牛乳100 オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	ぶた大型種、かつ(脂身つき、生) 普 通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツパ ン) でん粉(じゃがいもでん粉) ご ま油 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) たけのこ(ゆで) 青ピーマン(果実、生) ハレ ンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 471kcal たんぱく: 15.8g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 1.8g	
28 日									
29 月	野菜生活 ビスコ	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳100 ゴールドキウイ ご飯	ジョア せんべい	ぶた大型種、かつ(脂身つき、生) い かなこ(生) 普通牛乳	オリーブ油 マカロニスバゲッティ (乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せ んべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、 生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生) キウフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー: 597kcal たんぱく: 19.3g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 1.7g	
30 火	ゼリー(ぶどう)	蒸し団子 温野菜 えのき汁 おさつバター オレンジ ご飯	フルーツヨーグルト (手作り) いも花子	ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳 鶏卵 全卵(生) 米みそ(甘みそ) ヨーグル ト(全脂無糖)	水稲穀粒 パン粉(乾燥) でん粉ごま 油 オリーブ油 さつまいも 有塩バ ター、ざらめ糖(グラニュー糖) 芋かり んどう	たまねぎ 根深ねぎ しょうが キャベツ プ ロコリー にんじん えのきたけ(生) 乾燥 わかめ バレンシアオレンジ(砂じょう、生) バナナ(生) なつみかん(缶詰) もも	エネルギー: 533kcal たんぱく: 13.7g 脂質: 13.7g	食塩相当量: 1.5g	
31 水	麦茶 バナナ	白身魚のタルタルソース 青菜のごま和え わかめ汁 金時豆 メロン ご飯	牛乳100 セサミトースト (手作り)	まだら(生) 鶏卵 全卵(生) 絹ごし 豆腐 米みそ(甘みそ) さきげ(全粒 、乾) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) 調合油 マヨネーズ ごま(いり) ざらめ糖 水 稲穀粒 ざらめ糖 有塩バター 食パ ン	バナナ(生) ほうれんそう(葉、通年平均 、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆やし (生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(葉 干し) メロン(温室産、生)	エネルギー: 611kcal たんぱく: 21.9g 脂質: 18.4g	食塩相当量: 1.7g	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。



離乳食献立表



日 曜	献立名		行事
	朝間	昼食	
1 月	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
2 火	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
3 水			憲法記念日 
4 木			みどりの日
5 金			こどもの日
6 土	麦茶 せんべい	ばんがゆ 野菜煮 ミルク	
7 日			
8 月	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
9 火	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
10 水	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
11 木	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
12 金		お土産	春の合同遠足 
13 土	麦茶 せんべい	ばんがゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
14 日			
15 月	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
16 火	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
17 水	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
18 木	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
19 金	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
20 土	麦茶 せんべい	ばんがゆ 野菜煮 ミルク	誕生会 
21 日			
22 月	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
23 火	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
24 水	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
25 木	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
26 金	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
27 土	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
28 日			
29 月	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
30 火	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク
31 水	麦茶 せんべい	5倍・7倍がゆ 野菜煮 ミルク	ミルク

※都合により献立を変更する場合があります。