

日	曜日	未満児 おやつ	給食 こんだて	給食の主な材料と はたらき			1人 [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	食塩 [g]	3時おやつ
				赤のだべもの 体をつくる	黄色のだべもの かや体温になる	緑のだべもの 体の調子をととのえる					
1	月	お茶 ビスケット	◆こどもの日献立◆ いなりちらし 牛乳 若竹汁 りんごゼリー	油揚げ とりひき肉 あまのり 生乳 豆腐 乾燥わかめ	こめ 車糖 ゼリー	にんじん 生しいたけ たまねぎ だけのこ さやえんどう	401	13.9	8.5	1.6	・バームクーヘン
<p>子どもの日献立です。「子どもの人格を重んじ、子どもの幸福をはかるとともに、親に感謝する日」になります。</p>											
2	火	お茶 せんべい	コッペパン 牛乳 ウィンナーとポテトのソテー きゃべつのクリームスープ	生乳 ソーセージ とりも も【若鶏肉】	コッペパン 植物油 じゃがいも シチュールウ	キャベツ たまねぎ ぶなしめじ スイートコーン 缶詰	382	15.3	12.7	2.3	・いちご ・おととつと
3	水	憲法記念日									
4	木	みどりの日									
5	金	こどもの日									
6	土	土曜保育・お弁当をお持ちください。									
7	日										
8	月	お茶 小魚	カレーライス 牛乳 ヨーグルトあえ	ぶたもも 生乳 ヨーグルト	こめ おおむぎ じゃがいも 植物油 車糖 カレールウ	たまねぎ にんじん みかん 缶詰 もも 缶詰 パナナ	470	14.2	12.3	1.4	★きなこマカ ロニ
9	火	お茶 せんべい	コッペパン 牛乳 ハンバーグケ チャップソース 野菜スープ	生乳 ぶたひき肉 とりひき肉 凍り豆腐	コッペパン 植物油 でん粉 車糖	たまねぎ にんじん だいこん チンゲンサイ えのきたけ スイートコーン 缶詰	378	19.2	16.1	2.3	・ソフトサラダ せんべい ・スティックゼ リー
10	水	お茶 スティック ゼリー	ごはん 牛乳 鶏肉とじゃがいもの炒 り煮 豆腐のみそ汁	生乳 とりもも【若鶏肉】 豆腐 乾燥わかめ	こめ おおむぎ じゃがいも 植物油 しらたき 車糖	にんじん ごぼう はくさい 根深ねぎ えのきたけ	342	13.0	7.8	1.1	・ヤクルト ・源氏パイ
11	木	お茶 フエース	わかめごはん 牛乳 肉野菜炒め さ つまいもの甘煮	乾燥わかめ 生乳 ぶたもも	こめ おおむぎ 植物油 さつまいも 車糖	キャベツ にんじん たまねぎ りょくとうもやし	372	12.4	7.9	0.7	★オレンジポ ンチ
12	金	お茶 チーズ	うどん 牛乳 さけのみそ焼き ごま風味あえ	生乳 ぎんざけ	うどん 車糖 ごま	キャベツ きゅうり りょくとうもやし にんじん こまつな	344	16.7	10.2	2.4	・なごやんま んじゅう
13	土	土曜保育・給食は園で用意します。									
14	日										
15	月	お茶 たまご ボーロ	ごはん 牛乳 五色きんぴら のり塩ナムル	生乳 とりもも【若鶏肉】 焼き竹輪 あまのり	こめ おおむぎ しらたき 植物油 車糖	にんじん ごぼう キャベツ りょくとうもやし きゅうり	308	12.6	6.9	1.2	★いちごジャ ムサンド
16	火	お茶 せんべい	コッペパン 牛乳 カジキのレモン風 味 野菜のスープ煮	生乳 めかじき ぶたもも だいず水煮缶詰	コッペパン でん粉 植物油 車糖	レモン にんじん だいこん キャベツ たまねぎ ごぼう	372	19.4	14.4	1.8	・ジョア ・ポップコー ン
17	水	お茶 ウエース	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 けんちん汁	生乳 たいせいようさば 豆腐	こめ おおむぎ 車糖 しらたき	しょうが だいこん たまねぎ ごぼう にんじん 生しいたけ	386	14.6	15.7	1.2	・元気ヨーグル ト ・ミレーフライ
18	木	お茶 ビスケット	◆誕生会◆ 五色ライス 牛乳 チキンソテー い そかあえ オレンジ	しろさけ 乾燥わかめ 生乳 とりもも【若鶏肉】 あまのり	こめ 植物油 車糖 米粉	にんにく キャベツ りょくとうもやし こまつな にんじん ハレンシアオレンジ	393	17.9	13.4	0.9	★のりしおポ テト
19	金	お茶 小魚	スパゲティミートソース 牛乳 大豆とツナのサラダ いちごゼリー	ぶたひき肉 生乳 まくら 缶詰 蒸し大豆	マカロニ・スパゲティ 植物油 車糖 ゼリー デミグラスソース	たまねぎ にんじん 生しいた け トマト 缶詰 キャベツ りょくとうもやし きゅうり	408	17.2	11.6	1.6	・ごまキンピ ス
20	土	作業日・給食は園で用意します。									
21	日										
22	月	お茶 ウエース	ごはん 牛乳 コロコロポテトン 豆 腐と野菜のスープ	生乳 ぶたもも 豆腐	こめ おおむぎ 植物油 じゃがいも 車糖	しょうが スイートコーン 缶詰 にんじん えのきたけ チンゲンサイ	364	14.9	9.7	1.5	・ぶどうジュ ース ・カルシウム せんべい
23	火	お茶 スティック ゼリー	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ コーンフレックサラダ	生乳 いんげんまめ ぶた もも	コッペパン じゃがいも 植物油 車糖 コーンフ レック デミグラスソース	にんにく にんじん たまねぎ トマト 缶詰 キャベツ りょくとうもやし きゅうり スイートコーン 缶詰	342	13.9	9.6	2.1	★ごましお おにぎり
24	水	お茶 ビスケット	ごはん 牛乳 さけのにんにくしょう ゆ焼き さつまとん汁	生乳 ぎんざけ ぶたもも	こめ おおむぎ さつまいも しらたき 植物油	にんにく だいこん はくさい たまねぎ にんじん ごぼう 生しいたけ	363	16.7	10.8	1.2	・ホームパイ ・バナナ
25	木	お茶 チーズ	ごはん 牛乳 大豆の五目煮 春雨サラダ	生乳 とりもも【若鶏肉】 蒸し大豆 焼き竹輪 まこ んぶ ハム	こめ おおむぎ しらたき 車糖 緑豆はるさめ 植物油	にんじん ごぼう きゅうり キャベツ りょくとうもやし	322	13.3	7.5	1.2	★揚げパン
26	金	お茶 せんべい	しおラーメン 牛乳 鶏の照り焼き だしあえ	生乳 とりもも【若鶏肉】	中華めん 植物油 車糖	しょうが りょくとうもやし キャベツ きゅうり はくさい にんじん	397	18.9	12.7	2.2	★きなこ豆
27	土	親子レクリエーション									
28	日										
29	月	お茶 チーズ	ごはん 牛乳 カジキとじゃがいもの 甘がらめ 油揚げのみそ汁	生乳 めかじき 生揚げ 油揚げ 乾燥わかめ	こめ おおむぎ 米粉 でん粉 植物油 じゃがいも 車糖	にんじん スイートコーン 缶詰 こまつな だいこん えのきたけ	412	15.4	13.5	1.5	・ぶどうゼリー ・マリービス ケット
30	火	お茶 ウエース	まぜこみチャーハン 牛乳 くずし豆腐のスープ オレンジ	焼き豚 生乳 とりむね 【若鶏肉】 豆腐	こめ 植物油 でん粉	たまねぎ にんじん スイートコーン 缶詰 ぶなしめじ 根深ねぎ ハレンシアオレンジ	342	13.7	7.8	1.6	★さつまいも スティック
31	水	お茶 せんべい	コッペパン 牛乳 チキンクリーム スープ 切り干し大根サラダ	生乳 とりもも【若鶏肉】 ハム	コッペパン じゃがいも 植物油 車糖 シチュールウ	にんじん たまねぎ 切干しいたけ キャベツ きゅうり	333	14.7	10.0	2.0	★さけおにぎ り

◆都合により献立を変更することがあります。
おやつについても人数の変動により変更があります。ご了承ください。
◆ごはんは押し麦を入れて麦ごはんにしています。
◆おやつの★(ほしマーク)は、給食室で手作りするおやつです。
◆未満児は、内臓の働きや咀嚼力などがまだ未熟なため、栄養素の摂取量が3歳以上児よりも少なくなります。

給食での栄養素の平均 (3歳以上児)	372	15.4	11.0	1.6
-----------------------	-----	------	------	-----