



日	曜日	献立	立	お	や	つ	エネルギーKcal		日	曜日	献立	立	お	や	つ	エネルギーKcal	
							食塩相当量g	食塩相当量g								食塩相当量g	食塩相当量g
							以上児	未満児								以上児	未満児
1	月	キーマカレー シーザーサラダ 野菜スープ 果物 麦茶			クラッカー りんごゼリー		337	463	17	水	千金のトマト煮込み 付け合わせ コン/メスープ 果物 麦茶			豆乳ドーナツ 牛乳		410	511
							2.16	1.89								2.25	1.95
2	火	たらのごまみそがけ 切干大根の煮付け いんげんと玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶			クリームパン 牛乳		365	476	18	木	きぬ丸豆腐あんかけ ジャーマンポテト 小松菜とはんぺんのすまし汁 果物 麦茶			せんべい ヨーグルト		310	420
							2.04	1.80								2.71	2.29
3	水	チーズハンバーグ 人参とコーンの甘煮 レタスの中華風スープ 果物 麦茶			シリアル 牛乳		394	499	19	金	冷風麺 果物 麦茶			ふかし芋 牛乳		358	470
							2.54	2.20								1.74	1.56
4	木	厚揚げのねぎ焼き トマトの韓国風サラダ ワンダンスープ 果物 麦茶			アイス		344	458	20	土	ハッシュドポーク グリーンサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶			パン 牛乳		457	554
							2.40	2.08								3.34	2.86
5	金	ちくわの磯部揚げ 大根ときゅうりのサラダ そうめん汁 果物 麦茶			ちらし寿司 牛乳		412	497	22	月	ほっけの塩焼き キャベツのオカカ和え 玉ねぎとエノキのみそ汁 果物 麦茶			アイス		274	402
							2.65	1.99								1.56	1.41
6	土	親子煮 なめたけ和え 豆腐と人参のみそ汁 果物 麦茶			パン 牛乳		447	542	23	火	★バイキング★ 当日のお楽しみ♪ 完全給食です。 お弁当はいりません。			フルーツボンチ			
							3.07	2.62									
8	月	かじきの照り焼き ひじきの炒り煮 大根としめじのみそ汁 果物 麦茶			ビスケット プリン		320	429	24	水	マーボーなす かぼちゃの甘煮 もやしのみそスープ 果物 麦茶			チキンライス 牛乳		420	520
							1.89	1.66								2.84	2.39
9	火	クラムチャウダー スパゲッティサラダ 果物 麦茶			ウインナーロールパン 牛乳		430	528	25	木	チキン南蛮 千切りキャベツのサラダ けんちん汁 果物 麦茶			ラーメン		401	473
							2.62	2.26								3.80	3.17
10	水	納豆かき揚げ きゅうりとかにかまの和え物 いんげんと玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶			炊き込みご飯 牛乳		408	509	26	金	チャップフェン さつま芋ごまサラダ 桜エビの中華風スープ 果物 麦茶			バナナ 牛乳		386	492
							2.23	1.88								2.45	2.19
11	木	厚揚げの和風グラタン 大根とじゃこのサラダ もやしと人参の卵スープ 果物 麦茶			ほっけ焼き 牛乳		380	494	27	土	鶏肉と野菜のケチャップ炒め レタスの和風サラダ わかめと油揚げのみそ汁 果物 麦茶			パン 牛乳		357	470
							1.78	1.58								2.19	1.91
12	金	しゅうまい 卵と野菜のふわふわ炒め わかめスープ 果物 麦茶			フライド人参 牛乳		297	370	29	月	豆腐ハンバーグ ネバネバサラダ 玉ねぎと人参のみそ汁 果物 麦茶			スイスロール 牛乳		371	466
							2.70	1.92								1.93	1.69
13	土	けんちんうどん ゆで卵 果物 麦茶			パン 牛乳		367	465	30	火	棒々鶏 もやしときゅうりの中華和え 春雨スープ 果物 麦茶			さつま芋ロールパン 牛乳		363	473
							2.60	2.21								1.73	1.55
16	火	さけのマヨネーズ焼き 夏野菜のごま和え なすと油揚げのみそ汁 果物 麦茶			ジャムサンド 牛乳		393	495	31	水	豚肉の冷しゃぶ 付け合わせ ミネストローネ 果物 麦茶			混ぜ込みごはん 牛乳		380	477
							2.28	1.98								2.33	2.02
															平均	375	478
																2.39	2.04



※ 白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。

※ 仕入れの都合上、メニューがかわることがあります。

