



| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|------------------------------------|----------------------------------|--|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
| | 日にち | | | | 1 | 2 |
| 屋食 | 給食 | | | | キーマカレー シーザーサラダ たまごスープ | 豚肉のもつ煮込み風 きゅうりのかにかま和え |
| おやつ | 午後おやつ | 平均 | | | こいのぼりパウム 牛乳 | パン 牛乳 |
| 以上児 | エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) | 566kcal 20.1g | | | 644kcal 23.4g | 543kcal 19.0g |
| | 脂質 (g) 食塩 (g) | 16.1g 1.8g | | | 26.8g 2.3g | 13.8g 1.1g |
| 未満児 | エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) | 491kcal 18.6g | | | 547kcal 21.3g | 477kcal 17.9g |
| | 脂質 (g) 食塩 (g) | 15.9g 1.6g | | | 24.2g 2.0g | 14.4g 1.1g |
| | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 屋食 | みどりの日 | こどもの日 | 振替 休日 | ちゃんぽんラーメン | 厚揚げのミートソース煮 ひじきサラダ レタスと卵のスープ | ポトフ マカロニサラダ |
| おやつ | | | | ふかしいも 牛乳 | はりはりご飯 牛乳 | パン 牛乳 |
| 以上児 | | | | 538kcal 19.9g | 677kcal 21.1g | 588kcal 15.8g |
| | | | | 11.1g 1.5g | 18.7g 1.2g | 18.6g 1.6g |
| 未満児 | | | | 475kcal 18.7g | 559kcal 19.3g | 512kcal 15.4g |
| | | | | 12.1g 1.4g | 17.4g 1.1g | 18.2g 1.5g |
| | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 屋食 | ホイコーロー ブロッコリーの和風サラダ あさりのずまし汁 | 牛乳パスタ イタリアンサラダ | 油淋鶏 付け合わせ 豆腐とかにかまのスープ | サバの塩焼き かぼちゃの甘煮 じゃがいもとにらのみそ汁 | スープ餃子 大根とじゃこのサラダ | ハッシュドポーク グリーンサラダ チーズ |
| おやつ | しっとりロールパン 牛乳 | ケーキサレ 牛乳 | ごま蒸しパン 牛乳 | 混ぜ込みご飯 牛乳 | シリアル 牛乳 | パン 牛乳 |
| 以上児 | 471kcal 19.1g | 694kcal 22.4g | 604kcal 26.2g | 577kcal 20.2g | 510kcal 14.2g | 560kcal 19.5g |
| | 12.2g 2.0g | 24.4g 2.4g | 21.5g 1.9g | 12.9g 1.6g | 14.3g 2.1g | 14.9g 2.0g |
| 未満児 | 420kcal 18.1g | 601kcal 20.7g | 525kcal 23.8g | 495kcal 18.1g | 415kcal 12.9g | 487kcal 18.5g |
| | 12.8g 1.8g | 22.8g 2.1g | 20.1g 1.7g | 12.9g 1.4g | 12.4g 1.7g | 15.0g 1.7g |
| | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 屋食 | ちくわのカレー天 はりはり漬け しめじのずまし汁 | 塩マーボー豆腐 アスパラのソテー えのきと卵のみそ汁 | チーズハンバーグ 人参とコーンの甘煮 コンソメスープ | 味噌ラーメン | 親子煮 もやしナムル 豆腐と油揚げのみそ汁 | カレーうどん きゃべつの和え物 |
| おやつ | ピザパン 牛乳 | 揚げパン 牛乳 | あさりごはん 牛乳 | ヨーグルト クラッカー | フルーチェ | パン 牛乳 |
| 以上児 | 596kcal 20.7g | 587kcal 22.2g | 688kcal 22.4g | 441kcal 15.5g | 585kcal 23.1g | 659kcal 19.6g |
| | 18.0g 2.4g | 19.5g 2.0g | 19.4g 2.4g | 5.8g 1.4g | 16.8g 2.0g | 14.2g 2.6g |
| 未満児 | 522kcal 19.3g | 496kcal 20.0g | 572kcal 20.0g | 407kcal 15.7g | 518kcal 21.6g | 552kcal 17.8g |
| | 17.7g 2.1g | 18.3g 1.7g | 18.4g 2.0g | 8.4g 1.4g | 17.2g 1.8g | 14.5g 2.2g |
| | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 屋食 | エビフライ 付け合わせ 小松菜と厚揚げのみそ汁 | セルフピビンバ わかめスープ | 豆腐とあさりのチャンプルー ねばねばサラダ 鶏肉とじゃがいものスープ | 豚肉の生姜焼き キャベツのサラダ 卵と豆腐のみそ汁 | ぶりの照り焼き なめたけ和え 大根と人参のみそ汁 | 野菜炒め わかめの酢の物 きのこのずまし汁 |
| おやつ | 豆パン 牛乳 | ゼリー・せんべい 牛乳 | チャーハン 牛乳 | お麩ラスク 牛乳 | バナナ 牛乳 | パン 牛乳 |
| 以上児 | 502kcal 20.2g | 422kcal 14.4g | 617kcal 25.0g | 497kcal 20.6g | 490kcal 20.0g | 538kcal 17.6g |
| | 14.3g 1.6g | 10.0g 1.7g | 18.8g 1.6g | 16.6g 1.5g | 13.0g 1.9g | 14.0g 1.7g |
| 未満児 | 447kcal 19.0g | 399kcal 14.7g | 537kcal 22.7g | 431kcal 18.5g | 429kcal 18.0g | 472kcal 16.8g |
| | 14.7g 1.4g | 11.8g 1.6g | 18.1g 1.4g | 15.9g 1.4g | 13.0g 1.7g | 14.5g 1.6g |

※ 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、メニューが変わることがあります。

※ 毎日屋食には、果物と麦茶がつきます。

