



	月曜日 日にち	火曜日 1	水曜日 2	木曜日 3	金曜日 4	土曜日 5
屋食	給食	根菜カレー 大根ときゅうりのサラダ チーズ	防災メニュー 豚汁 切干大根煮	たらフライ 付け合わせ 豆腐とかにかまのスープ	大豆と鶏肉のみそ炒め 三色ナムル わかめとはんぺんのずまし汁	豚肉のもつ煮込み風 レタスの和風サラダ
おやつ	午後おやつ	牛乳寒天	ビスコ せんべい	炊き込みご飯 牛乳	アイス せんべい	パン 牛乳
以上児	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	376kcal 11.1 g	337kcal 9.3 g	594kcal 24.0 g	465kcal 16.3 g	411kcal 14.9 g
	脂質 (g) 食塩 (g)	9.9 g 1.6 g	6.4 g 1.0 g	17.5 g 1.6 g	11.2 g 2.1 g	12.5 g 0.7 g
未満児	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	344kcal 11.7 g	311kcal 10.2 g	523kcal 22.0 g	442kcal 16.6 g	372kcal 14.7 g
	脂質 (g) 食塩 (g)	10.9 g 1.4 g	8.5 g 0.9 g	17.3 g 1.5 g	13.4 g 1.9 g	13.3 g 0.7 g
	7	8	9	10	11	12
屋食	鶏肉のマーマレード焼き イタリアンサラダ もやしと人参のみそ汁	厚揚げのネギ焼き かぼちゃの甘煮 きのこスープ	しゃぶしゃぶ レタスとキャベツのサラダ 五目みそ汁	給食室が研修のため、 給食はありません。 お弁当のご準備を お願いいたします。	ちくわのカレー天ぷら 春雨サラダ にらたま汁	親子煮 きゅうりとツナの和え物 豆腐と麩のみそ汁
おやつ	スティックパン 牛乳	シリアル 牛乳	ぽっぽ焼き 牛乳	ヨーグルト ビスケット	チキンライス 牛乳	パン 牛乳
以上児	476kcal 21.2 g	509kcal 16.4 g	478kcal 18.4 g		584kcal 17.4 g	526kcal 24.0 g
	10.7 g 1.8 g	12.8 g 2.2 g	14.1 g 1.3 g		15.4 g 2.5 g	18.1 g 2.2 g
未満児	409kcal 18.6 g	456kcal 16.0 g	435kcal 17.6 g		515kcal 16.7 g	463kcal 21.9 g
	11.4 g 1.5 g	13.5 g 2.0 g	14.6 g 1.2 g		15.6 g 2.0 g	17.7 g 1.9 g
	14	15	16	17	18	19
屋食	サバのみそ煮 かみかみサラダ えのきと卵のみそ汁	鶏肉のカレーマヨ焼き ブロッコリーとちくわのサラダ まいだけのずまし汁	干草卵焼き ひじきの煮物 わんだんスープ	冷風麺		ハッシュドボーク グリーンサラダ チーズ
おやつ	パン 牛乳	シャーベット クラッカー	あさりご飯 牛乳	バナナ 牛乳		パン 牛乳
以上児	611kcal 26.6 g	410kcal 18.0 g	573kcal 20.8 g	556kcal 16.2 g		431kcal 15.3 g
	18.1 g 2.1 g	10.0 g 0.9 g	17.5 g 2.0 g	11.3 g 1.4 g		13.0 g 1.4 g
未満児	520kcal 23.1 g	355kcal 12.2 g	492kcal 18.8 g	487kcal 15.6 g		383kcal 15.1 g
	17.1 g 1.8 g	10.3 g 0.9 g	16.2 g 1.7 g	11.9 g 1.3 g		13.5 g 1.2 g
	21	22	23	24	25	26
屋食	敬老の日 	国民の祝日 	秋分の日 	スープ餃子 大根とじゃこのサラダ	鶏肉のねぎみそ焼き キャベツの昆布サラダ 小松菜と厚揚げのみそ汁	和風キノコスープ パグティ
おやつ				アイス せんべい	マシュマロおこし 牛乳	パン 牛乳
以上児				532kcal 12.6 g	579kcal 23.7 g	518kcal 16.6 g
				15.6 g 2.0 g	20.6 g 1.8 g	9.4 g 1.2 g
未満児				451kcal 12.3 g	478kcal 16.4 g	457kcal 16.0 g
				14.6 g 1.6 g	18.3 g 1.5 g	10.8 g 1.1 g
	28	29	30			
屋食	ほっけの塩焼き なめたけ和え キャベツと油揚げのみそ汁	油淋鶏 付け合わせ 大根としめじのスープ	塩マーボー豆腐 ほうれん草の磯和え レタスのたまごスープ			
おやつ	パン 牛乳	フルーチェ	混ぜ込みご飯 牛乳			平均
以上児	529kcal 23.1 g	498kcal 19.7 g	603kcal 21.7 g			505kcal 18.4 g
	14.6 g 1.7 g	9.4 g 1.8 g	14.7 g 1.5 g			13.5 g 1.7 g
未満児	470kcal 21.3 g	444kcal 18.9 g	511kcal 19.7 g			444kcal 16.9 g
	15.0 g 1.6 g	10.9 g 1.6 g	14.9 g 1.3 g			13.8 g 1.5 g

※ 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。

