

令和2年 12月分 3歳未満児献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
火	1 ほうとううどん 蓮根つくだ きゅうり華風和え 果物(りんご)	じゃがいも/うどん(ゆで・玉)/三温糖/かたくり粉/三温糖/ごま油/精白米	牛乳1L/削り節(マルモト)/豚小間/★油揚げ/★しぼり豆腐/★鶏若鶏肉ひき肉/甘塩さけ(フツ)/若布ごはんの素	にんじん/玉葱/日本かぼちゃ/ほうれんそう/はくさい/れんこん/しょうが/きゅうり/りんご	麦茶 ★鮭若布おにぎり	エネルギー 536 kcal たんぱく質 24.4 g 脂 質 15.0 g 食塩相当量 3.0 g
		★食パン/★無塩バター/グラニュー糖/精白米/かたくり粉/サラダ油/ごま油/蒸しパンmix	牛乳1L/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/煮干し/豚レバー/ちりめんじゃこ/サラダチーズ	ゆかり/玉葱/しょうが/にんじん/きゅうり/こまつな/だいこん/みかん(普通、生)	牛乳 ★ゆでじゃがいも	エネルギー 582 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 17.6 g 食塩相当量 2.3 g
水	2 ゆかりごはん 味噌汁 レバーの竜田揚げ おろし和え 果物(みかん)	精白米/さつまいも/サラダ油/三温糖/黒ごま(いり)	明治7号/リゾット/★木綿豆腐/★油揚げ/ぶり(切り身)/フジッコの塩昆布	にんじん/だいこん/ごぼう/はくさい/キャベツ/きゅうり/バナナ	麦茶 ★大学芋	エネルギー 494 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 11.3 g 食塩相当量 1.5 g
		インスタントマカロニ/三温糖/精白米/じゃがいも/サラダ油/ごま油/★豆乳ドーナツ	牛乳1L/★きな粉(大豆)/豚小間/ベーコン(無添加)/カニカマ卵なし/牛乳100ml	にんじん/玉葱/はくさい/だいこん/ブロッコリー/もやし/きゅうり/りんご	牛乳 ★マカロニきな粉	エネルギー 575 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 23.3 g 食塩相当量 2.3 g
木	3 ごはん 根菜汁 ぶりの照り焼き キャベツ和え物 果物(バナナ)	精白米/さつまいも/サラダ油/三温糖/黒ごま(いり)	明治7号/リゾット/★木綿豆腐/★油揚げ/ぶり(切り身)/フジッコの塩昆布	にんじん/だいこん/ごぼう/はくさい/キャベツ/きゅうり/バナナ	麦茶 ★大学芋	エネルギー 494 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 11.3 g 食塩相当量 1.5 g
		塩せんべい/スパゲッティ/サラダ油/三温糖/ごま油/オレンジゼリー/★ハードビスケット	ウイニー/★ウイナー(無添加)/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/まぐろ缶詰(油漬フレーク)/牛乳100ml	あんぱんまんりんご/にんじん/青ピーマン/玉葱/ねぎ/ブロッコリー/きゅうり	牛乳 ★カクテルケーキ	エネルギー 554 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 1.9 g
金	4 ハヤシライス 白菜のコンソメスープ 大根とわかめのサラダ 果物(りんご)	インスタントマカロニ/三温糖/精白米/じゃがいも/サラダ油/ごま油/★豆乳ドーナツ	牛乳1L/★きな粉(大豆)/豚小間/ベーコン(無添加)/カニカマ卵なし/牛乳100ml	にんじん/玉葱/はくさい/だいこん/ブロッコリー/もやし/きゅうり/りんご	牛乳 ★マカロニきな粉	エネルギー 575 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 23.3 g 食塩相当量 2.3 g
		スパゲティ/ナポリタン 若布スープ ツナサラダ ゼリー	塩せんべい/スパゲッティ/サラダ油/三温糖/ごま油/オレンジゼリー/★ハードビスケット	ウイニー/★ウイナー(無添加)/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/まぐろ缶詰(油漬フレーク)/牛乳100ml	あんぱんまんりんご/にんじん/青ピーマン/玉葱/ねぎ/ブロッコリー/きゅうり	牛乳 せんべい、クッキー
土	5 若布スープ ツナサラダ ゼリー	塩せんべい/スパゲッティ/サラダ油/三温糖/ごま油/オレンジゼリー/★ハードビスケット	ウイニー/★ウイナー(無添加)/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/まぐろ缶詰(油漬フレーク)/牛乳100ml	あんぱんまんりんご/にんじん/青ピーマン/玉葱/ねぎ/ブロッコリー/きゅうり	牛乳 せんべい、クッキー	エネルギー 554 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 1.9 g
		ごまごはん 味噌汁 秋刀魚の蒲焼き 塩昆布キャベツ 果物(バナナ)	じゃがいも/精白米/ごま塩/薄力粉/ごま油/サラダ油/グラニュー糖/ホットケーキmix(昭和)	★油揚げ/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/削り節(マルモト)/さんま/フジッコの塩昆布/牛乳100ml/★たまご	長ねぎ/キャベツ/にんじん/バナナ/りんご	牛乳 ★りんごのパウンドケーキ
月	6 しょうゆラーメン シュウマイ 5色ナムル 果物(みかん)	精白米/中華めん(ゆで)/三温糖/かたくり粉/しゅうまいの皮/ごま(いり)/ごま油/三温糖/パイシート/カスタードクリーム	手もみ造り本かつお節/焼き豚/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/豚ひき肉/カニカマ卵なし/牛乳1L	りょくとうもやし/長ねぎ/玉葱/しょうが/にんじん/だいこん/ほうれんそう/豆もやし/みかん(普通、生)	牛乳 ★カスタードパイ	エネルギー 507 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 18.3 g 食塩相当量 2.4 g
		コッペパン マカロニスープ 鶏肉のトマト煮込み かぼちゃサラダ 果物(りんご)	★コッペパン(大)/バター/ピーナツ/インスタントマカロニ/三温糖/じゃがいも/サラダ油/三温糖/薄力粉	ウイニー/ベーコン(無添加)/鶏小間/★ハム(無添加)	玉葱/にんじん/キャベツ/トマト缶詰(ダイス)/セロリ/おろしにんにく(チューブ)/西洋かぼちゃ/きゅうり/りんご	麦茶 ★おなかおにぎり
火	7 ごまごはん 味噌汁 秋刀魚の蒲焼き 塩昆布キャベツ 果物(バナナ)	じゃがいも/精白米/ごま塩/薄力粉/ごま油/サラダ油/グラニュー糖/ホットケーキmix(昭和)	★油揚げ/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/削り節(マルモト)/さんま/フジッコの塩昆布/牛乳100ml/★たまご	長ねぎ/キャベツ/にんじん/バナナ/りんご	牛乳 ★りんごのパウンドケーキ	エネルギー 506 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 21.3 g 食塩相当量 1.7 g
		しょうゆラーメン シュウマイ 5色ナムル 果物(みかん)	精白米/中華めん(ゆで)/三温糖/かたくり粉/しゅうまいの皮/ごま(いり)/ごま油/三温糖/パイシート/カスタードクリーム	手もみ造り本かつお節/焼き豚/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/豚ひき肉/カニカマ卵なし/牛乳1L	りょくとうもやし/長ねぎ/玉葱/しょうが/にんじん/だいこん/ほうれんそう/豆もやし/みかん(普通、生)	牛乳 ★カスタードパイ
水	8 コッペパン マカロニスープ 鶏肉のトマト煮込み かぼちゃサラダ 果物(りんご)	★コッペパン(大)/バター/ピーナツ/インスタントマカロニ/三温糖/じゃがいも/サラダ油/三温糖/薄力粉	ウイニー/ベーコン(無添加)/鶏小間/★ハム(無添加)	玉葱/にんじん/キャベツ/トマト缶詰(ダイス)/セロリ/おろしにんにく(チューブ)/西洋かぼちゃ/きゅうり/りんご	麦茶 ★おなかおにぎり	エネルギー 492 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 21.8 g 食塩相当量 3.0 g
		豚すき風どん 味噌汁 じゃこと大豆の和え物 果物(みかん)	★ハードビスケット/精白米/しらす/三温糖/かたくり粉/サラダ油/ごま(いり)	牛乳1L/豚小間/★焼き豆腐/削り節(マルモト)/★油揚げ/煮干し/ちりめんじゃこ/★大豆(国産、ゆで)/★フランクフルト(無添加)	はくさい/玉葱/だいこん/長ねぎ/みかん(普通、生)	麦茶 フランクフルト
木	9 ごはん 味噌汁 鯖のみそ煮 小松菜のおかかあえ 果物(オレンジ)	ホットケーキmix(森永)/サラダ油/精白米/三温糖/薄力粉/★無塩バター/グラニュー糖	牛乳1L/★絹ごし豆腐/削り節(マルモト)/まさば/しらす干し/手もみ造り本かつお節/★たまご	なめこ/長ねぎ/しょうが/こまつな/きゅうり/りょくとうもやし/パレンシアオレンジ	麦茶 ★型抜きクッキー	エネルギー 600 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 19.1 g 食塩相当量 2.4 g
		中華丼 コーンとひき肉のスープ もやしの中華サラダ 果物(バナナ)	塩せんべい/精白米/ごま油/かたくり粉/とうもろこし缶詰(クリーム)/ごま(いり)/三温糖/ホットケーキmix(森永)/★無塩バター/さつまいも	牛乳1L/豚小間/★むきえび/鶏若鶏肉ひき肉/カニカマ卵なし	はくさい/にんじん/たけのこ(ゆで)/玉葱/ブロッコリー/もやし/きゅうり/バナナ	牛乳 せんべい
金	10 ウイナーのケチャップライス オニオンスープ チキンコンフレック焼き ごまマヨ和え 果物(みかん)	塩せんべい/精白米/★有塩バター/★パン粉(生)/コーンフレーク/ごま(いり)/★シフォンケーキ	飲むヨーグルト/★ウイナー(無添加)/★鶏若鶏肉モモ(皮付き)/★エダムチーズ/焼き竹輪/牛乳100ml/フローズンアップクリーム	にんじん/玉葱/こまつな/きゅうり/みかん(普通、生)/オレンジ	牛乳 シフォンケーキ	エネルギー 566 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 21.3 g 食塩相当量 3.4 g
		ごはん 味噌汁 鯖のみそ煮 小松菜のおかかあえ 果物(オレンジ)	ホットケーキmix(森永)/サラダ油/精白米/三温糖/薄力粉/★無塩バター/グラニュー糖	牛乳1L/★絹ごし豆腐/削り節(マルモト)/まさば/しらす干し/手もみ造り本かつお節/★たまご	なめこ/長ねぎ/しょうが/こまつな/きゅうり/りょくとうもやし/パレンシアオレンジ	麦茶 ★型抜きクッキー
土	11 中華丼 コーンとひき肉のスープ もやしの中華サラダ 果物(バナナ)	塩せんべい/精白米/ごま油/かたくり粉/とうもろこし缶詰(クリーム)/ごま(いり)/三温糖/ホットケーキmix(森永)/★無塩バター/さつまいも	牛乳1L/豚小間/★むきえび/鶏若鶏肉ひき肉/カニカマ卵なし	はくさい/にんじん/たけのこ(ゆで)/玉葱/ブロッコリー/もやし/きゅうり/バナナ	牛乳 せんべい	エネルギー 517 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 2.2 g
		ウイナーのケチャップライス オニオンスープ チキンコンフレック焼き ごまマヨ和え 果物(みかん)	塩せんべい/精白米/★有塩バター/★パン粉(生)/コーンフレーク/ごま(いり)/★シフォンケーキ	飲むヨーグルト/★ウイナー(無添加)/★鶏若鶏肉モモ(皮付き)/★エダムチーズ/焼き竹輪/牛乳100ml/フローズンアップクリーム	にんじん/玉葱/こまつな/きゅうり/みかん(普通、生)/オレンジ	牛乳 シフォンケーキ
月	12 カレーライス 春雨スープ マカロニサラダ ミルクプリン	塩せんべい/精白米/じゃがいも/サラダ油/緑豆はるさめ/ごま油/インスタントマカロニ/★ハードビスケット	豚小間/★ハム(無添加)/白いミルクプリン(乳)/乳酸菌飲料(カルピス)	玉葱/にんじん/はくさい/きゅうり	牛乳 シフォンケーキ	エネルギー 506 kcal たんぱく質 11.4 g 脂 質 11.8 g 食塩相当量 1.7 g
		ごはん 味噌汁 かじきの生姜焼き 春雨のあえもの 果物(りんご)	精白米/さつまいも/三温糖/サラダ油/普通通はるさめ(乾)/ごま油/三温糖/★無塩バター/グラニュー糖/ホットケーキmix(森永)	おなかにおいしいヨーグルト/煮干し/まかじき/★ハム(無添加)/牛乳1L/★たまご	玉葱/しょうが/キャベツ/にんじん/りんご/レモン	牛乳 ★マドレーヌ

令和2年 12月分 3歳未満児献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
火	15 梅ごはん すいとん入り味噌汁 華風やさい 果物(オレンジ)	さつまいも/三温糖/日本ぐり(甘露煮)/精白米/薄力粉/春巻き皮/緑豆はるさめ/かたくり粉/サラダ油/三温糖/ごま油/ホットケーキmix(昭和)	牛乳1L/しらす干し/利久(卵なし)/削り節(マルモト)/豚小間/エダムチーズ/★木綿豆腐	紀州梅 B/はくさい/にんじん/玉葱/ほうれんそう/りょくとうもやし/にら/生しいたけ(菌床栽培、生)/きゅうり/だいこん/パレンシアオレンジ	麦茶 ★豆腐チーズパン	エネルギー 578 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 14.4 g 食塩相当量 2.6 g
		ごはん 味噌汁 かじきの生姜焼き 春雨のあえもの 果物(りんご)	精白米/さつまいも/三温糖/サラダ油/普通通はるさめ(乾)/ごま油/三温糖/★無塩バター/グラニュー糖/ホットケーキmix(森永)	おなかにおいしいヨーグルト/煮干し/まかじき/★ハム(無添加)/牛乳1L/★たまご	玉葱/しょうが/キャベツ/にんじん/りんご/レモン	牛乳 ★マドレーヌ
水	16 ごはん 味噌汁 かじきの生姜焼き 春雨のあえもの 果物(りんご)	精白米/さつまいも/三温糖/サラダ油/普通通はるさめ(乾)/ごま油/三温糖/★無塩バター/グラニュー糖/ホットケーキmix(森永)	おなかにおいしいヨーグルト/煮干し/まかじき/★ハム(無添加)/牛乳1L/★たまご	玉葱/しょうが/キャベツ/にんじん/りんご/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 537 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 14.2 g 食塩相当量 1.5 g
		ミートスパゲティ しめじとねぎのスープ ツナとキャベツのサラダ 果物(オレンジ)	スパゲッティ/三温糖/サラダ油/★食パン/★有塩バター	豚ひき肉/ベーコン(無添加)/ツナフレーク/トルコ/牛乳1L/★たまご/スライスチーズ/プレスハム	バナナ/にんじん/玉葱/トマト缶詰(ホール)/★トマトピューレ/★長ねぎ/ほんしめじ/きゅうり/キャベツ/パレンシアオレンジ	牛乳 ★クロックムッシュ
木	17 ごはん 味噌汁 かじきの生姜焼き 春雨のあえもの 果物(りんご)	精白米/さつまいも/三温糖/サラダ油/普通通はるさめ(乾)/ごま油/三温糖/★無塩バター/グラニュー糖/ホットケーキmix(森永)	おなかにおいしいヨーグルト/煮干し/まかじき/★ハム(無添加)/牛乳1L/★たまご	玉葱/しょうが/キャベツ/にんじん/りんご/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 537 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 14.2 g 食塩相当量 1.5 g
		菜飯 味噌汁 名古屋チキン 筑前煮 果物(りんご)	★食パン/★無塩バター/グラニュー糖/精白米/三温糖/薄力粉/ごま(いり)/さといも/糸こんにゃく/ぎょうざの皮/サラダ油	牛乳1L/菜飯の素(三島)/★絹ごし豆腐/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/★油揚げ/削り節(マルモト)/鶏若鶏肉モモ(皮付き)/鶏若鶏肉モモ(皮なし)/QBB	おろしにんにく(チューブ)/にんじん/れんこん/生しいたけ(菌床栽培、生)/りんご	麦茶 ★UFO焼き
金	18 菜飯 味噌汁 名古屋チキン 筑前煮 果物(りんご)	★食パン/★無塩バター/グラニュー糖/精白米/三温糖/薄力粉/ごま(いり)/さといも/糸こんにゃく/ぎょうざの皮/サラダ油	牛乳1L/菜飯の素(三島)/★絹ごし豆腐/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/★油揚げ/削り節(マルモト)/鶏若鶏肉モモ(皮付き)/鶏若鶏肉モモ(皮なし)/QBB	おろしにんにく(チューブ)/にんじん/れんこん/生しいたけ(菌床栽培、生)/りんご	麦茶 ★UFO焼き	エネルギー 527 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 2.3 g
		焼肉丼 味噌汁 白菜のおかかあえ 果物(みかん)	★ハードビスケット/精白米/ホットケーキmix(昭和)/三温糖/★有塩バター/メープルシロップ	牛乳1L/豚小間/★油揚げ/削り節(マルモト)/しらす干し/手もみ造り本かつお節	しょうが/玉葱/にら/こまつな/はくさい/きゅうり/にんじん/みかん(普通、生)	牛乳 ★カップケーキ
土	19 焼肉丼 味噌汁 白菜のおかかあえ 果物(みかん)	★ハードビスケット/精白米/ホットケーキmix(昭和)/三温糖/★有塩バター/メープルシロップ	牛乳1L/豚小間/★油揚げ/削り節(マルモト)/しらす干し/手もみ造り本かつお節	しょうが/玉葱/にら/こまつな/はくさい/きゅうり/にんじん/みかん(普通、生)	牛乳 ★カップケーキ	エネルギー 548 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 18.0 g 食塩相当量 2.3 g
		若布ご飯 けんちん汁 焼さけ かぼちゃ煮 果物(りんご)	精白米/さといも/糸こんにゃく/三温糖/フランスパン/★無塩バター/グラニュー糖	ウイニー/若布ごはんの素/★しぼり豆腐/鶏小間/煮干し/甘塩鮭/削り節(マルモト)/ブルガリヤのむヨーグルト	だいこん/にんじん/はくさい/葉ねぎ/日本かぼちゃ/りんご	飲むヨーグルト ★ラスク
月	20 ひじきご飯 生姜のぼかぼかみそ汁 チーズはんぺんフライ コールスローサラダ 果物(みかん)	塩せんべい/精白米/三温糖/薄力粉/パン粉(乾燥)/サラダ油/三温糖/蒸し中華めん	牛乳1L/干ひじき(アリス缶、乾)/鶏小間/★油揚げ/★たまご/★揚げ玉/削り節(マルモト)/★はんぺん/ちりめん/★ハム(無添加)/豚小間	にんじん/はくさい/葉ねぎ/しょうが/キャベツ/レッドキャベツ/玉葱/きゅうり/みかん(普通、生)/りょくとうもやし	麦茶 ★焼きそば	エネルギー 518 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 17.5 g 食塩相当量 2.5 g
		親子丼 味噌汁 ちくわの梅マヨ和え 果物(バナナ)	ホットケーキmix(森永)/サラダ油/精白米/三温糖/さつまいも	牛乳1L/鶏若鶏肉胸(皮なし)/鶏若鶏肉ひき肉/★たまご/★生揚げ/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/削り節(マルモト)/焼き竹輪/牛乳100ml	玉葱/根みつば/はくさい/きゅうり/紀州梅 B/バナナ	牛乳 ★茶巾絞り
火	21 若布ご飯 けんちん汁 焼さけ かぼちゃ煮 果物(りんご)	精白米/さといも/糸こんにゃく/三温糖/フランスパン/★無塩バター/グラニュー糖	ウイニー/若布ごはんの素/★しぼり豆腐/鶏小間/煮干し/甘塩鮭/削り節(マルモト)/ブルガリヤのむヨーグルト	だいこん/にんじん/はくさい/葉ねぎ/日本かぼちゃ/りんご	飲むヨーグルト ★ラスク	エネルギー 522 kcal たんぱく質 19.4 g 脂 質 14.2 g 食塩相当量 2.8 g
		ひじきご飯 生姜のぼかぼかみそ汁 チーズはんぺんフライ コールスローサラダ 果物(みかん)	塩せんべい/精白米/三温糖/薄力粉/パン粉(乾燥)/サラダ油/三温糖/蒸し中華めん	牛乳1L/干ひじき(アリス缶、乾)/鶏小間/★油揚げ/★たまご/★揚げ玉/削り節(マルモト)/★はんぺん/ちりめん/★ハム(無添加)/豚小間	にんじん/はくさい/葉ねぎ/しょうが/キャベツ/レッドキャベツ/玉葱/きゅうり/みかん(普通、生)/りょくとうもやし	麦茶 ★焼きそば
水	22 親子丼 味噌汁 ちくわの梅マヨ和え 果物(バナナ)	ホットケーキmix(森永)/サラダ油/精白米/三温糖/さつまいも	牛乳1L/鶏若鶏肉胸(皮なし)/鶏若鶏肉ひき肉/★たまご/★生揚げ/湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)/削り節(マルモト)/焼き竹輪/牛乳100ml	玉葱/根みつば/はくさい/きゅうり/紀州梅 B/バナナ	牛乳 ★茶巾絞り	エネルギー 638 kcal たんぱく質 28.3 g 脂 質 20.7 g 食塩相当量 2.8 g
		ミルクロール ポトフ風スープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ 果物(りんご)	★ミルクロール/じゃがいも/三温糖/とうもろこし缶詰(ホム)/精白米	おなかにおいしいヨーグルト/★ウイナー(無添加)/豚小間/★大豆(国産、ゆで)/★ハム(無添加)/甘塩さけ(フツ)/若布ごはんの素	はくさい/玉葱/にんじん/だいこん/セロリ/トマトピューレ/ブロッコリー/きゅうり/キャベツ/りんご	麦茶 ★若布おにぎり
木	23 ベーコンピラフ 野菜スープ 鶏唐揚げ コロコロポテトサラダ(付)ブロッコリー 果物	インスタントマカロニ/三温糖/精白米/サラダ油/かたくり粉/じゃがいも/★マリービスケット/チョコ(かざり)	★きな粉(大豆)/ベーコン(無添加)/鶏若鶏肉モモ(皮付き)/★ハム(無添加)/牛乳1L/生クリーム/明治デザートホイップ	玉葱/にんじん/はくさい/カリフラワー/きゅうり/ブロッコリー/オレンジ/りんご/いちご	麦茶 ★ビスケットケーキ	エネルギー 567 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 27.4 g 食塩相当量 2.0 g
		ごはん 味噌汁 鯖のみそ煮 小松菜のおかかあえ 果物(オレンジ)	ホットケーキmix(森永)/サラダ油/精白米/三温糖/薄力粉/★無塩バター/グラニュー糖	牛乳1L/★絹ごし豆腐/削り節(マルモト)/まさば/しらす干し/手もみ造り本かつお節/★たまご	なめこ/長ねぎ/しょうが/こまつな/きゅうり/りょくとうもやし/パレンシアオレンジ	牛乳 ★ホットケーキ
金	24 ベーコンピラフ 野菜スープ 鶏唐揚げ コロコロポテトサラダ(付)ブロッコリー 果物	インスタントマカロニ/三温糖/精白米/サラダ油/かたくり粉/じゃがいも/★マリービスケット/チョコ(かざり)	★きな粉(大豆)/ベーコン(無添加)/鶏若鶏肉モモ(皮付き)/★ハム(無添加)/牛乳1L/生クリーム/明治デザートホイップ	玉葱/にんじん/はくさい/カリフラワー/きゅうり/ブロッコリー/オレンジ/りんご/いちご	麦茶 ★ビスケットケーキ	エネルギー 567 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 27.4 g 食塩相当量 2.0 g
		中華丼 コーンとひき肉のスープ もやしの中華サラダ 果物(バナナ)	塩せんべい/精白米/ごま油/かたくり粉/とうもろこし缶詰(クリーム)/ごま(いり)/三温糖/ホットケーキmix(森永)/★無塩バター/さつまいも	牛乳1L/豚小間/★むきえび/鶏若鶏肉ひき肉/カニカマ卵なし	はくさい/にんじん/たけのこ(ゆで)/玉葱/ブロッコリー/もやし/きゅうり/バナナ	牛乳 せんべい
土	25 ウイナーのケチャップライス オニオンスープ チキンコンフレック焼き ごまマヨ和え 果物(みかん)	塩せんべい/精白米/★有塩バター/★パン粉(生)/コーンフレーク/ごま(いり)/★シフォンケーキ	飲むヨーグルト/★ウイナー(無添加)/★鶏若鶏肉モモ(皮付き)/★エダムチーズ/焼き竹輪/牛乳100ml/フローズンアップクリーム	にんじん/玉葱/こまつな/きゅうり/みかん(普通、生)/オレンジ	牛乳 シフォンケーキ	エネルギー 566 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 21.3 g 食塩相当量 3.4 g
		カレーライス 春雨スープ マカロニサラダ ミルクプリン	塩せんべい/精白米/じゃがいも/サラダ油/緑豆はるさめ/ごま油/インスタントマカロニ/★ハードビスケット	豚小間/★ハム(無添加)/白いミルクプリン(乳)/乳酸菌飲料(カルピス)	玉葱/にんじん/はくさい/きゅうり	牛乳 シフォンケーキ
月	26 カレーライス 春雨スープ マカロニサラダ ミルクプリン	塩せんべい/精白米/じゃがいも/サラダ油/緑豆はるさめ/ごま油/インスタントマカロニ/★ハードビスケット	豚小間/★ハム(無添加)/白いミルクプリン(乳)/乳酸菌飲料(カルピス)	玉葱/にんじん/はくさい/きゅうり	牛乳 シフォンケーキ	エネルギー 506 kcal たんぱく質 11.4 g 脂 質 11.8 g 食塩相当量 1.7 g
		ごはん 味噌汁 かじきの生姜焼き 春雨のあえもの 果物(りんご)	精白米/さつまいも/三温糖/サラダ油/普通通はるさめ(乾)/ごま油/三温糖/★無塩バター/グラニュー糖/ホットケーキmix(森永)	おなかにおいしいヨーグルト/煮干し/まかじき/★ハム(無添加)/牛乳1L/★たまご	玉葱/しょうが/キャベツ/にんじん/りんご/レモン	牛乳 ★マドレーヌ

(★印はアレルギー除去対象食品です)  
 食材の都合で献立内容を変更する場合があります。  
 ☆は手作りおやつです。

月平均栄養価	エネルギー 537cal	タンパク質 20.0g
	脂 質 17.4g	食塩相当量 2.3g