

令和2年 11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		
2 月	けんちんうどん かき揚げ きゅうり華風和え 果物(バナナ)	ウエハース/うどん (ゆで・玉)/さといも /ごま油/さつまいも /薄力粉/サラダ油/ 三温糖/精白米/味付 き白ごま	牛乳1L/鶏小間/★ しほり豆腐/★油揚げ /まるともだしパック /焼き竹輪/ちりめん じゃこ	だいこん/にんじん/ こまつな/長ねぎ/ほ うれんそう/玉葱/ きゅうり/バナナ/紀 州梅 B	麦茶 ★梅おにぎり	エネルギー 528 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 3.2 g
		★バーガーパン/パン 粉(乾燥)/三温糖/ じゃがいも/インスタ ントマカロニ/とうも ろこし缶詰(ホ乳)/さ つまいも	牛乳1L/ウイニー/ 豚ひき肉/ペーコン(無 添加)/★ハム(無添 加)	玉葱/キャベツ/にん じん/トマト缶詰 (ホール)/トマト ピューレ/きゅうり/ パレンシアオレンジ	牛乳 ウエハース	エネルギー 542 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 24.7 g 食塩相当量 2.8 g
4 水	ハンバーガー ミネストローネ マカロニサラダ 果物(オレンジ)	精白米/三温糖/ごま (いり)/お好み焼き 粉/とうもろこし缶詰 (ホ乳)	白いミルクプリン (乳)/★はんぺん (卵・大)/まるとも だしパック/豚肩ロ ース(脂身付)/豚ばら (脂身付)/★たまご/ 豚ひき肉/あおのり/ 手もみ造り本かつお節	生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/玉 葱/しょうが/こまつ な/だしパック/豚肩ロ ース(脂身付)/豚ばら (脂身付)/★たまご/ キャベツ/長ねぎ	麦茶 ★お好み焼き	エネルギー 540 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.6 g
		ミルクプリン	牛乳 ミニウインナー	エネルギー 540 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.6 g		
5 木	ごはん すまし汁 豚肉のみそ煮 三色なます 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま (いり)/お好み焼き 粉/とうもろこし缶詰 (ホ乳)	白いミルクプリン (乳)/★はんぺん (卵・大)/まるとも だしパック/豚肩ロ ース(脂身付)/豚ばら (脂身付)/★たまご/ 豚ひき肉/あおのり/ 手もみ造り本かつお節	生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/玉 葱/しょうが/こまつ な/だしパック/豚肩ロ ース(脂身付)/豚ばら (脂身付)/★たまご/ キャベツ/長ねぎ	麦茶 ★お好み焼き	エネルギー 540 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.6 g
		和風ツナごはん 味噌汁 ししゃもフライ 春雨サラダ 果物(りんご)	インスタントマカロニ /三温糖/精白米/押 し麦/薄力粉/パン粉 (乾燥)/サラダ油/普 通はるさめ(乾)/★豆 乳ドーナッツ	こまつな/きゅうり/ にんじん/りんご	牛乳 豆乳ドーナッツ	エネルギー 613 kcal たんぱく質 27.2 g 脂 質 27.5 g 食塩相当量 2.6 g
6 金	ウィンナーピラフ わかめとコーンのスープ ハムサラダ ゼリー	★ハードビスケット/ 精白米/サラダ油/と うもろこし缶詰(ホ乳) /三温糖/ごま油/オ レンジゼリー/★食パ ン/★無塩バター/グ ラニュー糖	牛乳1L/★ウイン ナー(無添加)/湯通 し塩蔵わかめ(塩抜き) /★ハム(無添加)	玉葱/きゅうり/キャ ベツ/にんじん	牛乳 ★シュガートースト	エネルギー 559 kcal たんぱく質 16.9 g 脂 質 17.8 g 食塩相当量 2.2 g
		中華丼 中華風コーンスープ 三色ナムル 果物(オレンジ)	ウエハース/精白米/ ごま油/かたくり粉/ とうもろこし缶詰(ホ 乳)/ごま(いり)/三 温糖/パイシート/カ スタードクリーム	牛乳1L/豚小間/★ ロールいか/鶏若鶏肉 ひき肉/★たまご	牛乳 ★アップルパイ	エネルギー 551 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 2.3 g
7 土	ふりかけごはん 味噌汁 焼さけ 肉じゃが 果物(りんご)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
9 月	ゆかりごはん 味噌汁 かに入り玉子焼き きゅうりのしらすあえ 果物(みかん)	ウエハース/精白米/ ごま油/かたくり粉/ とうもろこし缶詰(ホ 乳)/ごま(いり)/三 温糖/パイシート/カ スタードクリーム	牛乳1L/豚小間/★ ロールいか/鶏若鶏肉 ひき肉/★たまご	はくさい/にんじん/ ブロッコリー/もやし/ たけのこ(ゆで)/生しい たけ(菌床栽培、生)/ チンゲンツァイ/ねぎ /ほうれんそう/だい こん/パレンシアオー レンジ/りんご	牛乳 ウエハース	エネルギー 551 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 2.3 g
		中華丼 中華風コーンスープ 三色ナムル 果物(オレンジ)	ウエハース/精白米/ ごま油/かたくり粉/ とうもろこし缶詰(ホ 乳)/ごま(いり)/三 温糖/パイシート/カ スタードクリーム	牛乳1L/豚小間/★ ロールいか/鶏若鶏肉 ひき肉/★たまご	牛乳 ★アップルパイ	エネルギー 551 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 2.3 g
10 火	焼肉丼 味噌汁 鶏唐揚げ お浸し 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
11 水	ほうれん草ロール マカロニスープ チキンのコーンフレーク さつまいもが 果物(りんご)	★ほうれん草ロール/ インスタントマカロニ /★パン粉(生)/コー ンフレーク/さつまい も/きょうざの皮/サ ラダ油	十勝ヨーグルト/ペー コン(無添加)/鶏若鶏 肉モモ(皮付き)/粉 チーズ/★ハム(無添 加)/あおのり	玉葱/にんじん/ブロッ コリー/もやし/きゅう り/りんご	麦茶 ★きょうざの皮チップス	エネルギー 527 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 22.9 g 食塩相当量 2.9 g
		赤飯 味噌汁 秋刀魚の蒲焼き 小松菜の磯和え 果物(オレンジ)	ホットケーキmix(森 永)/三温糖/もち米 /精白米/ごま塩/薄 力粉/★ハードビス ケット	牛乳1L/ささげ (乾)/★油揚げ/ま るともだしパック/生 かんま/焼きのり/生刈 り	トウモロコシ/キャベツ /玉葱/こまつな/に んじん/パレンシアオ レンジ	麦茶 ★ビスケットケーキ
12 木	スパゲティーナポリタン きのこスープ ブロッコリーサラダ 果物(バナナ)	塩せんべい/スパゲッ ティ/サラダ油/三温 糖/ごま油/精白米	牛乳1L/★ウイン ナー(無添加)/ペー コン(無添加)/まぐろ 缶詰(油漬70gタイプ) /甘塩鮭	にんじん/青ピーマン /玉葱/えのきたけ/ ほんしめじ/ブロッ コリー/きゅうり/キャ ベツ/バナナ	麦茶 ★鮭おにぎり	エネルギー 554 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 2.2 g
		ベーコンピラフ オニオンスープ ミートローフ 大根とかかのサラダ 果物(みかん)	★ジャムパン/精白米 /サラダ油/とうもろ こし缶詰(ホ乳)/パン 粉(乾燥)/三温糖/ご ま油/三温糖/いちご ジャム/★ソフトビス ケット	飲むヨーグルト/ペー コン(無添加)/豚ひき 肉/牛乳1L/サラダ チーズ/カニカマ卵 なし/ブルガリアヨー グルト/クリームチー ズ/生クリーム/ゼラチ ン	玉葱/にんじん/パセ リ/むきえだまめ(冷 凍)/だいこん/ブロッ コリー/もやし/きゅう り/みかん(普通、生)	麦茶 ★レアチーズケーキ
13 金	スパゲティーナポリタン きのこスープ ブロッコリーサラダ 果物(バナナ)	塩せんべい/スパゲッ ティ/サラダ油/三温 糖/ごま油/精白米	牛乳1L/★ウイン ナー(無添加)/ペー コン(無添加)/まぐろ 缶詰(油漬70gタイプ) /甘塩鮭	にんじん/青ピーマン /玉葱/えのきたけ/ ほんしめじ/ブロッ コリー/きゅうり/キャ ベツ/バナナ	麦茶 ★鮭おにぎり	エネルギー 554 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 2.2 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
14 土	焼肉丼 味噌汁 鶏唐揚げ お浸し 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
15 日	焼肉丼 味噌汁 鶏唐揚げ お浸し 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
16 月	焼肉丼 味噌汁 鶏唐揚げ お浸し 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g

令和2年 11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		
17 火	麦ごはん 味噌汁 アジフライ ひじきとツナの和え物 果物(オレンジ)	インスタントマカロニ /三温糖/精白米/押 し麦/薄力粉/パン粉 (乾燥)/サラダ油/ご ま(いり)/ごま油/ さつまいも/三温糖/ ★有塩バター	★きな粉(大豆)/★ 油揚げ/まるともだし パック/まあじ(甘 糖)/干ひじき(スリッ 釜、乾)/ツナフレー ク/レトルト/牛乳1L /生クリーム/★たまご	だいこん/長ねぎ/に んじん/キャベツ/パ レンシアオレンジ	牛乳 ★スイートポテト	エネルギー 523 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 13.5 g 食塩相当量 2.0 g
		カレーライス 白菜とペーコンのスー プ イカと野菜のサラダ 果物(バナナ)	ホットケーキmix(森 永)/サラダ油/精白 米/じゃがいも/三温 糖/きょうざの皮	牛乳1L/豚小間/ ペーコン(無添加)/い か/くん製/QBBチー ズ	玉葱/にんじん/はく さい/きゅうり/キャ ベツ/トマト/バナナ	牛乳 ★チーズ揚げ
18 水	親子丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	オレンジゼリー/精白 米/三温糖/三温糖/ 蒸し中華めん/★ドッ クパン	鶏若鶏肉ひき肉/鶏小 間/まるともだしパッ ク/★たまご/湯通し 塩蔵わかめ(塩抜き)/ 牛乳1L/豚ひき肉	玉葱/根みつば/りょ くとうもやし/キャベ ツ/きゅうり/だいこ ん/ゆかり/みかん (普通、生)/にんじん	牛乳 ★焼きそばパン	エネルギー 496 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 12.2 g 食塩相当量 3.0 g
		ごはん 根菜汁 ぶりの照り焼き 昆布の和え物 果物(りんご)	さつまいも/日本ぐり (甘露煮)/精白米/ 糸こんにやく/三温糖 /かたくり粉/ホット ケーキmix(昭和)/ ★無塩バター/白すり 胡麻	★木綿豆腐/煮干/ぶ り(切り身)/フジッ コ/塩昆布/牛乳1L	にんじん/だいこん/ はくさい/玉葱/ごぼ ろ/キャベツ/こまつ な/りんご/ほうれん そう	牛乳 ★ポパイ棒
19 木	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	ウエハース/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/まるともだし パック/しらす干し/ 手もみ造り本かつお節	しょうが/玉葱/青 ピーマン/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 549 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 2.4 g
		ふりかけごはん 味噌汁 焼さけ 肉じゃが 果物(りんご)	ホットケーキmix(森 永)/三温糖/精白米 /じゃがいも/しらす 干し/薄力粉/三温糖/ サラダ油/とうもろこ し缶詰(ホ乳)	牛乳1L/湯通し塩蔵 わかめ(塩抜き)/ま るともだしパック/甘 塩鮭/豚小間/豚ひき 肉/サラダチーズ	玉葱/にんじん/りん ご	麦茶 ★ピザまん
20 金	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	ウエハース/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/まるともだし パック/しらす干し/ 手もみ造り本かつお節	しょうが/玉葱/青 ピーマン/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 549 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 2.4 g
		中華丼 中華風コーンスープ 三色ナムル 果物(オレンジ)	ウエハース/精白米/ ごま油/かたくり粉/ とうもろこし缶詰(ホ 乳)/ごま(いり)/三 温糖/パイシート/カ スタードクリーム	牛乳1L/豚小間/★ ロールいか/鶏若鶏肉 ひき肉/★たまご	はくさい/にんじん/ ブロッコリー/もやし/ たけのこ(ゆで)/生しい たけ(菌床栽培、生)/ チンゲンツァイ/ねぎ /ほうれんそう/だい こん/パレンシアオー レンジ/りんご	牛乳 ★アップルパイ
21 土	ふりかけごはん 味噌汁 焼さけ 肉じゃが 果物(りんご)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
22 日	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
23 月	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
24 火	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
25 水	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
26 木	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
27 金	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 483 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.1 g
28 土	焼肉丼 味噌汁 ゆかり和え 果物(みかん)	精白米/三温糖/ごま 油/★無塩バター/グ ラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	ウイニー/まるとも だしパック/★たまご /ずわいかに(水煮缶詰) /しらす干し/牛乳1 L/★たまご	ゆかり/えのきたけ/ ほんしめじ/まいたけ /生しいたけ(菌床栽 培、生)/葉ねぎ/ きゅうり/キャベツ/ にんじん/みかん(普 通、生)/レモン(果汁、 生)/レモン	牛乳 ★マドレーヌ	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 20.3 g 食塩相当量 1.4 g
		磯うどん 鶏の煮付け カニカマともやしの和え物 果物(バナナ)	精白米/うどん(ゆ で・玉)/三温糖/三 温糖/★コッペパン (大)/サラダ油	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/にんにく (りん茎)/りょくとう もやし/ほうれんそう /バナナ		