

日	曜日	献立名		さ い り よ う		栄 養 素		日	曜日	献立名		さ い り よ う		栄 養 素																																																																																													
		主食	副食	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・果類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他			エネルギー 蛋白質 脂質	糖質	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・果類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	エネルギー 蛋白質 脂質	糖質																																																																																										
1	水	玄米ご飯 豚肉炒め 春雨サラダ わかめスープ チーズ(乳児)	豚肉 カニカマ 梅子-ス 牛乳	太ちやし玉ねぎ人参しめじ 人参きゅうり 玉ねぎ人参わかめ ハバナ	精白米玄米 片栗粉三温糖なたね油 片栗粉三温糖 白ごま	549 kcal 17.3g 18.2g 2.1g	16	木	玄米ご飯 南瓜のほろやちのそぼろあんかけ オクラのおかか和え ハバナ(乳児)	とりミンチ 花かつお 豚肉味噌 牛乳	南瓜玉ねぎ人参グリーンピース オクラ人参太ちやし 大根ごぼうこんにゃく人参ねぎ ハバナ	精白米玄米 三温糖片栗粉 三温糖	549 kcal 24.5g 14.5g 1.2g	2	木	玄米ご飯 豆腐の五目揚げ ほうろく味噌汁 ハバナ(乳児)	豆腐とりミンチ ちりめん 味噌 牛乳	ひしきホールコーン人参 ほうろく人参しめじ人参 玉ねぎ人参ねぎ ハバナ	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	524 kcal 21.3g 16.3g 1.7g	17	金	玄米ご飯 みたらし団子・昆布 五目煮 野菜の味噌汁 ハバナ(乳児)	豚肉 牛乳	とろろベー 人参玉ねぎ人参ねぎ 人参玉ねぎ人参ねぎ オレシジ	精白米玄米 白玉粉上白糖片栗粉 精白米	475 kcal 15.6g 14.5g 1.8g	18	土	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	582 kcal 14.7g 21.6g 2.1g	20	月	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	568 kcal 20.4g 18.2g 2g	21	火	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	629 kcal 21.2g 23.9g 2.3g	24	金	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	605 kcal 26g 17.4g 2.4g	25	土	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	476 kcal 21.7g 14.4g 1.7g	27	月	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	400 kcal 12.3g 15.9g 1g	28	火	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	588 kcal 19.1g 17.8g 2.6g	29	水	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	746 kcal 27.3g 26.5g 3.2g	30	木	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	534 kcal 20.2g 18.2g 1.3g	31	水	玄米ご飯 おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	おやつ(アレルゲンフリー)	精白米玄米 片栗粉三温糖 三温糖	552 kcal 18.1g 17.7g 1.4g

★都合により、献立を一部変更することがございます。ご了承ください。  
 ☆マヨネーズは卵不使用の【マヨネーズ風ドレッシング】です。アレルギーとは【海産由来の塩】です。  
 ☆工運日のおやつは牛乳と砂糖不使用の子になります。  
 ☆給食で初めて食べる食材がないよう、あらかじめご自宅でお試しください。ご協力をお願い致します。

