

日	曜日	献立名		盛り合わせ		曜日	日	曜日	盛り合わせ		曜日	日	献立名		盛り合わせ		曜日	日	盛り合わせ																																																																													
		主食	副食	野菜類・肉類・魚類・卵類	乳類・豆類・油脂類・いも類				主食	副食			野菜類・肉類・魚類・卵類	乳類・豆類・油脂類・いも類	主食	副食			野菜類・肉類・魚類・卵類	乳類・豆類・油脂類・いも類																																																																												
1	火	玄米ご飯 梅干し さばの塩焼き ひじき大豆煮 南島の味噌汁 バナナ(乳児)	サバ 水菜大豆 味噌 牛乳 牛乳 いりこ	梅干し ひじき人參さぬさや 南島玉ねぎ人參ねぎ バナナ	精白米玄米 三温糖	木	17	木	玄米ご飯 赤魚の煮付け オクラのおかか和え 貝だくさん豚汁 バナナ(乳児)	赤魚 花かつお 豆腐豚肉味噌 牛乳 牛乳	しょうが オクラ人參太ちやし 大根ごぼうこんにゃく人參ねぎ バナナ	精白米玄米 三温糖	金	18	金	玄米ご飯 納豆 フルカステラ フルーツサラダ オニオンスープ バナナ(乳児)	竹輪納豆 うどん うどん 牛乳 牛乳	しょうが オクラ人參太ちやし 大根ごぼうこんにゃく人參ねぎ バナナ	精白米玄米 三温糖	土	19	土	玄米ご飯 小松菜のスープ 菜肉(オレゴン)	豚肉 小松菜のスープ 菜肉(オレゴン)	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	月	21	月	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	火	22	火	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	水	23	水	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	木	24	木	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	金	25	金	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	土	26	土	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	月	28	月	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	火	29	火	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	水	30	水	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖	木	31	木	玄米ご飯 鶏肉の照り焼き かぼちゃサラダ 野菜の味噌汁 バナナ(乳児)	鶏肉 竹輪味噌 牛乳 牛乳	ほうろく人參さきさきのりぜんまい フロッコリー人參人參人參 えのきだけ人參玉ねぎねぎ	精白米玄米 三温糖

★都合により、献立を変更することがございますがご了承ください。
 ☆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【海産由来の鰹】です。
 ☆土曜日の献立は牛乳と既製品菓子になります。
 ☆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。

献立種類	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	糖質	繊維
1~5才	5.16kcal	19.8%	15.9%	1.8%	20.3%	14.6%
3~5才	5.16kcal	20.3%	14.6%	1.8%	20.3%	14.6%