

日付	曜日	提供時間	献立	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	献立	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料	1~2歳未満児
1	土	10時	牛乳 五目チャーハン 白米の中華スープ 果物(オレンジ)	牛乳	豚肉	牛乳	牛乳 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	牛乳 豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 373 kcal た 158 g 脂 11.2 g 食塩 0.6 g
3	月	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 521 kcal た 205 g 脂 21.0 g 食塩 3.2 g
4	火	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 580 kcal た 234 g 脂 15.5 g 食塩 1.6 g
5	水	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 484 kcal た 215 g 脂 14.5 g 食塩 1.8 g
6	木	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 476 kcal た 201 g 脂 17.7 g 食塩 1.3 g
7	金	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 489 kcal た 170 g 脂 24.0 g 食塩 1.2 g
8	土	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 467 kcal た 210 g 脂 11.6 g 食塩 1.6 g
10	月	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 530 kcal た 235 g 脂 20.3 g 食塩 2.0 g
11	火	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 533 kcal た 238 g 脂 16.9 g 食塩 1.3 g
12	水	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 561 kcal た 194 g 脂 20.5 g 食塩 1.7 g
13	木	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 504 kcal た 187 g 脂 18.1 g 食塩 2.0 g
14	金	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 411 kcal た 186 g 脂 12.8 g 食塩 1.0 g
15	土	10時	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	牛乳	豚肉・うすあげ	牛乳	牛乳 カレーうどん フルーツサラダ 鉄分強化チーズ	豚肉・うすあげ 肉じゃが 肉じゃがのこきり えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	豚肉 味噌 肉じゃが えのきとわかめ味噌汁	食塩・コショウ・醤油・みりん・酒・だし 中華味・食塩 お菓子	工 411 kcal た 186 g 脂 12.8 g 食塩 1.0 g

※都合により、献立の一部変更することがございます。ご了承ください。
 ※マヨネーズはアレルギー対応の「マヨネーズドレッシング」です。アレルギー対応の「マヨネーズ」は「海苔由来の糖たんぱく質」です。アレルギー対応の「マヨネーズ」は「海苔由来の糖たんぱく質」です。
 ※大豆の油やたんぱく質はアレルギー対応の「大豆油」「大豆たんぱく質」です。アレルギー対応の「大豆油」「大豆たんぱく質」は「大豆由来の糖たんぱく質」です。
 ※給食で初めて食べる食材は、あらかじめご自宅でお試しいただくようご協力をお願いします。