

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
朝おやつ	※仕入れの都合で食材の変更がある時もあります。											
昼食	▼ 乳児・幼児摂取量は4月の平均の摂取量を示しています。											
	(1~2歳児)					(3~5歳児)						
		乳児摂取量	乳児目標量	幼児摂取量	幼児目標量							
	エネルギー	447kcal	548kcal	545kcal	574kcal							
	たんぱく質	17.2g	22.1g	20.5g	23.0g							
おやつ	脂質	15.0g	16.4g	17.5g	17.2g							
	カルシウム	226mg	238mg	242mg	259mg							
朝おやつ	6	干菓子・牛乳		7	干菓子・牛乳		8	バナナ・牛乳		9	干菓子・牛乳	
昼食	鶏の炊き込みご飯	米 鶏肉 油揚げ 人参 しょうゆ 塩 しょうゆ	魚のムニエル	鮭 小麦粉 塩 しょうゆ	牛肉とキャベツの炒め物	牛肉 キャベツ 黄ピーマン 玉ねぎ しょうゆ 鶏がらスープ	鶏つくねのあんかけ	鶏ひき肉 木綿豆腐 しょうゆ 片栗粉 しょうゆ 砂糖 酒 塩	朱煮ラーメン	中華そば 豚肉 ちくわ ほうれん草 人参 しょうゆ しいたけ(干) しょうゆ 塩 鶏がらスープ	ローストチキン	鶏肉 玉ねぎ しょうゆ 砂糖 しょうゆ 塩
	小松菜のサラダ	小松菜 ベーコン もやし しょうゆ マヨネーズ	コールスローサラダ	キャベツ 人参 コーン缶 マヨネーズ	おかか和え	ブロッコリー 人参 かつお節 しょうゆ	ブロッコリーとちくわのサラダ	ブロッコリー 人参 ちくわ レモン汁 しょうゆ			ポテトサラダ	じゃが芋 きゅうり 人参 マヨネーズ
	すまし汁	白菜 人参 しょうゆ かつお節(だし)	コンソメスープ	さつま芋 しめじ コンソメ	みそ汁	玉ねぎ 切干大根 油揚げ かつお節(だし) みそ	すまし汁	玉ねぎ えのきだけ ねぎ かつお節(だし) しょうゆ	ジャーマンポテト	じゃがいも ベーコン 油 塩 しょうゆ	スープ	白菜 もやし 鶏がらスープ
	いちご		ごはん	バナナ	ごはん	りんご	ごはん	バナナ	オレンジ		ごはん	バナナ
おやつ	ポテトピザ・牛乳	じゃがいも ハム 牛乳 とうけるチーズ マヨネーズ	ポップコーン・牛乳	とうもろこし 塩	干菓子・牛乳		苺のラスク・牛乳	苺 砂糖 バター	やきやきごはん・お茶	わかめ(干) しょうゆ ごま	干菓子・牛乳	
朝おやつ	13	干菓子・牛乳		14	干菓子・牛乳		15	バナナ・牛乳		16	干菓子・牛乳	
昼食	タンドリーチキン	鶏肉 塩 カレー粉 ケチャップ レモン果汁	ベーコンライス	米 ベーコン 小松菜 油 塩 しょうゆ コンソメ	魚の磯辺揚げ	カラスカレイ 塩 小麦粉 青のり 油	照り焼きチキン	鶏肉 酒 しょうゆ 砂糖 しょうゆ 塩	カレーライス	米 牛肉 玉ねぎ 人参 油 じゃが芋 カレールー	ホークチャップ	豚肉 塩 ケチャップ 油 ウスターソース 砂糖
	中華和え	ブロッコリー キャベツ しょうゆ 鶏がらスープ	きゅうりとささみの和え物	きゅうり もやし ささみ 酢 砂糖 塩	かぼちゃのサラダ	かぼちゃ きゅうり マヨネーズ	いろどりサラダ	ブロッコリー トマト コーン缶 砂糖 しょうゆ 酢	マカロニサラダ	マカロニ きゅうり ツナ缶 マヨネーズ	サラダ	大根 人参 きゅうり 酢 砂糖 塩
	みそ汁	白菜 ねぎ みそ かつお節(だし)	スープ	えのきだけ 玉ねぎ 人参 鶏がらスープ	すまし汁	精ごし豆腐 わかめ(干) しょうゆ かつお節(だし)	スープ	キャベツ しめじ 鶏がらスープ	バナナ		スープ	玉ねぎ しめじ 鶏がらスープ
	ごはん		バナナ		ごはん		ごはん				ごはん	
	オレンジ				りんご		いちご				バナナ	
おやつ	フライドポテト・牛乳	じゃが芋 油 塩 青のり	ヨーグルトケーキ・牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖 牛乳 ヨーグルト	干菓子・牛乳		バリバリ・牛乳	香巻きの皮 バター 小麦粉 グラニュー糖	プリン・牛乳	プリンミックス	干菓子・牛乳	
朝おやつ	20	干菓子・牛乳		21	干菓子・牛乳		22	バナナ・牛乳		23	干菓子・牛乳	
昼食	鮭ピラフ	米 鮭 人参 ピーマン 玉ねぎ コーン 塩 油 コンソメ	肉じゃが	牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ かつお節(だし) 油 砂糖 しょうゆ しょうゆ	ハンバーグ	豚ひき肉 牛ひき肉 たまねぎ パン粉 塩 しょうゆ ケチャップ ウスターソース	鶏のごま絡め	鶏肉 ごま みそ 砂糖 しょうゆ 塩	きつねうどん	うどん 油揚げ 砂糖 塩 しょうゆ かまぼこ ほうれん草 かつお節(だし)	豚丼	米 豚肉 ねぎ 玉ねぎ 油 しょうゆ しょうゆ しょうゆ
	ほうれん草とベーコンのソテー	ほうれん草 ベーコン 塩 しょうゆ	ちりめん和え	ブロッコリー ちりめんじゃこ しょうゆ	人参グラッセ	ブロッコリーの マヨネーズ	和え物	白菜 人参 ごま しょうゆ かつお節	ツナサラダ	キャベツ きゅうり ツナ 酢 砂糖 しょうゆ	おかか和え	ブロッコリー 人参 コンソメ
	スープ	キャベツ えのきだけ コンソメ	みそ汁	ごま油 油揚げ かつお節(だし) みそ	スープ	さつまいも 玉ねぎ ねぎ 鶏がらスープ	すまし汁	かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ かつお節(だし) しょうゆ	いちご		スープ	キャベツ じゃがいも 鶏がらスープ
	オレンジ		ごはん	バナナ	ごはん	りんご	ごはん	オレンジ			バナナ	
おやつ	ぶどうゼリー・牛乳	ぶどうジュース 砂糖 ゼラチン	マドレーヌ・牛乳	ホットケーキ粉 牛乳 砂糖 バター 卵	干菓子・牛乳		コンソメポテト・牛乳	じゃがいも コンソメ 油	おにぎり・お茶	米 ベーコン 小松菜 コンソメ	干菓子・牛乳	
朝おやつ	27	干菓子・牛乳		28	干菓子・牛乳		29	バナナ・牛乳		30	干菓子・牛乳	
昼食	豚肉の炒め物	豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 醤油 砂糖 酒	魚のごま揚げ	カラスカレイ 塩 小麦粉 しょうゆ					ミートスパゲティ	スパゲティ 油 合ミンチ 人参 玉ねぎ 塩 しょうゆ ピーマン コンソメ 砂糖 ケチャップ トマト缶		
	コールスローサラダ	キャベツ 人参 ハム 砂糖 塩 酢	白菜のおかか和え	白菜 人参 しょうゆ かつお節					サラダ	ブロッコリー ささみ キャベツ 酢 砂糖 塩		
	コンソメスープ	ブロッコリー トマト コンソメ	すまし汁	苺 わかめ(干) 切干大根 かつお節(だし) しょうゆ 塩					コンソメスープ	玉ねぎ 人参 えのきだけ コンソメ		
	ごはん		ごはん	いちご					オレンジ			
おやつ	リッツサンド・牛乳	リッツ りんごジャム いちごジャム	じゃこトースト・牛乳	食パン ちりめんじゃこ 青のり	干菓子・牛乳		そぼろおにぎり・お茶	米 鶏ひき肉 砂糖 しょうゆ 青のり				