



こんだてひょう

					1日(金)	2日(土)				
朝	 (1～2歳児) (3～5歳児)				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子				
昼								冷やしきつねうどん 豆腐チャンプルー フルーツ(バナナ)	ご飯 鶏肉の照り焼き 切干大根の酢の物 茄子の味噌汁	
					エネルギー	493kcal	485kcal	526kcal	585 kcal	
					タンパク質	18.0g	18g	20.5 g	23g	
					脂質	17.8 g	13g	17.6g	20g	
間	カルシウム	254mg	210mg	230mg	250mg	お茶 ちりめんじゃこのおにぎり	牛乳 お菓子			
	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)				
朝	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子				
昼	ロールパン ビーフシチュー キャベツとパプリカのサラダ フルーツ(オレンジ)	ご飯 カレイの煮付 春雨の中華和え 大根の味噌汁 フルーツ(りんご)	ご飯 豚肉と野菜の味噌炒め ほうれん草のお浸し 豆腐とわかめのすまし汁	ご飯 鶏肉と大根の甘辛煮 さつまいものサラダ もやしのスープ フルーツ(梨)	ちゃんぽん麺 小松菜の胡麻和え フルーツ(バナナ)	びびん丼 里芋の煮物 えのきの中華スープ				
間	お茶 ツナと小松菜のおにぎり	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 お菓子	牛乳 みかんゼリー	牛乳 ポテトピザ	牛乳 お菓子				
	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)				
朝	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					
昼	ご飯 ミートローフ キャベツとウインナーのソテー カリフラワーのスープ フルーツ(りんご)	鮭とひじきの混ぜご飯 切干大根の炒め煮 ほうれん草のすまし汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き もやしとピーマンの胡麻酢和え 豆腐の味噌汁 フルーツ(りんご)	ご飯 豚肉のカレー炒め 豆腐サラダ 花麩のすまし汁	野菜煮込みうどん 根菜のみそマヨ和え フルーツ(バナナ)					
間	牛乳 ジャムサンド	牛乳 人参ケーキ	牛乳 お菓子	牛乳 大学芋	お茶 きつねおにぎり					
	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)				
朝	 敬老の日	牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子					
昼		ご飯 カレイのカレー揚げ ブロッコリーのおかか和え もやしの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 鶏肉の甘辛炒め マカロニサラダ 小松菜のスープ	醤油ラーメン 南瓜のそぼろ煮 フルーツ(りんご)	ツナピラフ 高野の煮物 白菜のすまし汁 アメリカンドッグ					
間		牛乳 ポップコーン(キャラメル)	牛乳 お菓子	お茶 塩昆布おにぎり	牛乳 お菓子					
	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)				
朝	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子				
昼	ご飯 野菜炒め 大豆とひじきの煮物 ごぼうの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 さわらの胡麻みそ焼き ジャーマンポテト 豆腐とわかめのすまし汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 厚揚げの炒め物 白菜サラダ もやしの中華スープ	チキンカレー ほうれん草のソテー フルーツ(りんご)	野菜にゅう麺 うさぎハンバーグ フルーツ(オレンジ)	ご飯 肉じゃが レンコンのサラダ 麩のすまし汁				
間	牛乳 フルーチェ	牛乳 お菓子	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 セサミクッキー	お茶 おかかおにぎり	牛乳 お菓子				

- ・ 完了期は刻んで提供しております。 ・ 乳児・幼児摂取量は、9月分の平均摂取量を示しています。
- ・ 栄養価は3時のおやつも含まれています。 ・ 仕入れ状況により材料が変更になる場合があります。

マヨネーズ、お菓子、加工品は卵不使用のものを使用しております。