



予定献立



				1 (木)	2 (金)	3 (土)
午前・未満児			以上児 未満児	牛乳・ぼたぼた焼き	野菜ジュース・クラッカー	牛乳・ウエハース
昼食		カロリー たんぱく質 脂質 食塩	579kcal 491kcal 21.8g 18.5g 18.8g 15.8g 2.0g 1.7g	ごはん みそ汁(じゃが芋) さわらの西京焼き れんこんのカレーきんぴら	ケチャップライス コンソメスープ 鶏肉のフレーク焼き ほうれん草のツナサラダ ぶどうゼリー	煮込みうどん チキンナゲット さつま芋の甘煮
午後				フルーチェいちご (以) Caウエハース	のむヨーグルト あじさいクッキー	牛乳・ココナッツサブレ
	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)
午前・未満児	牛乳・ビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き	野菜ジュース・Caせんべい	牛乳・ウエハース
昼食	食パン クリームシチュー メンチカツ カリフラワーのごま酢和え	ごはん 豚汁 カレイのチーズ焼き 切り干し大根の炒り煮	ほうれん草とベーコンの 和風スパゲティ コンソメスープ かぼちゃサラダ	ごはん みそ汁(なめこ) さんまのおかか煮 小松菜とコーンの和え物	ごはん みそ汁(厚揚げ) タンドリーチキン きんぴらごぼう	ベーコンピラフ コンソメスープ ウインナー ブロッコリーのサラダ
午後	いなり寿司・(以) チーズ	牛乳・いちご蒸しパン	五平もち・(以) 小魚	牛乳・フライドポテト	ブルーベリーヨーグルト	牛乳・コーンフレーク
	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)
午前・未満児	牛乳・アスパラビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き	野菜ジュース・クラッカー	牛乳・ウエハース
昼食	中華風炊き込みごはん すまし汁 千草焼き きゅうりのゆかり和え	ごはん みそ汁(えのき) 豚肉の香味焼き 大根と昆布の煮物	ごはん みそ汁(わかめ) ホキのパン粉焼き 肉じゃが	ごはん けんちん汁 春雨の炒め物 きゃべつの塩こんぶ和え	ごはん みそ汁(凍り豆腐) さばの竜田揚げ もやしのカレー炒め	焼きそば にらスープ しゅうまい いんげんの和え物
午後	牛乳・いももち	牛乳・チーズサンド	牛乳・マカロニきな粉	牛乳・プリンアラモード	牛乳・芋けんぴ	牛乳・源氏パイ
	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)
午前・未満児	牛乳・ビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き	野菜ジュース・Caせんべい	牛乳・ウエハース
昼食	ごはん 食育の日/青森県 けの汁 豚肉のバラ焼き ごぼうサラダ	ごはん みそ汁(しめじ) まぐろのねぎみそ焼き ひじきの炒り煮	鶏そぼろ丼 みそ汁(なす) のりもやし オレンジ	ロールパン ミネストローネ 鮭の磯フライ 春雨サラダ	ゆかりごはん みそ汁(大根) チンジャオロースー きゃべつのおかか和え	みそラーメン パオズ ごまかぼちゃ
午後	牛乳・りんごゼリー (以) サブレ	牛乳・ホットケーキ	牛乳・スイートポテト	梅しそおにぎり・(以) チーズ	ヨーグルト (以) せんべい	牛乳・ミレービスケット
	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	
午前・未満児	牛乳・アスパラビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き	野菜ジュース・クラッカー	
昼食	ごはん 中華風コンソメスープ マーボー豆腐 にらともやしの和え物	チキンカレー わかめスープ 大豆サラダ	ごはん みそ汁(油揚げ) あじの塩麹焼き なすとピーマンの炒り煮	ふりかけごはん みそ汁(ふのり) 松風焼き ほうれん草のごま和え	冷やし五目うどん さつま芋の天ぷら アスパラとベーコンのサラダ メロン	
午後	ココア・にんじんポッキー	牛乳・フルーツポンチ	牛乳・あんぱん	フローズンヨーグルト	ごはんのお焼き	

★食材の都合により献立が変更になる場合があります