



# 1月の予定こんだてひょう(3~5才児)



平成30年度

矢板保育園

日	曜	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子をととのえる
1	火	元日								
2	水	休園								
3	木	休園								
4	金	休園								
5	土	休園								
6	日	休園								
7	月	豆腐ハンバーグ・ブロッコリーサラダ さつま芋の甘煮・わかめごはん 味噌汁・牛乳	七草粥 麦茶	556	17.2	7.2	2.4	豆腐ハンバーグ わかめごはんの素 牛乳	和風ドレッシング さつま芋・精白米 麩・里芋	ブロッコリー・人参 コーン・ほうれん草 七草・大根・椎茸
8	火	醤油ラーメン・中華和え 揚げ餃子・バナナ 牛乳	ひじきおにぎり 麦茶	559	18.7	15.2	4.1	豚肉・ハム 錦糸卵・餃子 牛乳・ひじき・油揚げ	冷凍ラーメン 醤油ラーメンスープ 精白米	人参・キャベツ・ニラ チンゲン菜・もやし・きゅうり バナナ・グリーンピース
9	水	モロの蒲焼・ほうれん草の胡麻和え 厚焼玉子・ごはん 味噌汁・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	522	18.9	11.7	2.3	モロ 厚焼玉子 牛乳・金時豆	片栗粉・蒲焼のたれ ごま・精白米 じゃが芋・蒸しパンミックス	ほうれん草 人参・もやし 玉ねぎ
10	木	焼肉ピラフ・イタリアンサラダ ミニコロッケ・千切り野菜スープ 牛乳	かぼちゃあべかわ 麦茶	546	19.4	19.1	2.8	豚肉・ツナ コロッケ・ウインナー 牛乳・きな粉	精白米 焼肉のたれ イタリアンドレッシング	かぼちゃ・玉ねぎ・人参 いんげん・ブロッコリー 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
11	金	鶏のすっぱ煮・納豆サラダ 切り干し大根煮・麦入りごはん 味噌汁・牛乳	クッキング フルーツサンド パン 麦茶	580	19	19.9	2.5	鶏肉・納豆 さつま揚げ・牛乳 ホイップクリーム	片栗粉・青じそドレッシング 精白米・押し麦 食パン	ほうれん草・もやし 人参・切り干し大根 グリーンピース・フルーツカクテル
12	土	豚肉の甘辛炒め・白菜の昆布茶和え 揚げ里芋・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	534	17.8	13.1	2.3	豚肉 豆腐・わかめ 牛乳	里芋・片栗粉 精白米 醤油せんべい	白菜・人参 きゅうり・コーン 長ネギ
13	日									
14	月	成人の日								
15	火	サーモンフライ・フレンチサラダ チーズ入り炒り卵・ごはん コンソメスープ・牛乳	おさつゴマ団子 麦茶	502	18.6	16.6	2.3	サーモンフライ・ウインナー たまごそぼろ・チーズ 牛乳・あずき	白ドレッシング 精白米 さつま芋・ごま	ブロッコリー 人参・コーン 白菜
16	水	ポークカレー・福神漬け コロコロサラダ・リンゴ 牛乳	原宿ドック (チーズ) 麦茶	551	15.2	16.4	3.3	豚肉 ハム・大豆 牛乳	精白米・バーモントフレーク 青じそドレッシング じゃが芋・原宿ドック	玉ねぎ・人参 福神漬け・コーン きゅうり・大根・リンゴ
17	木	メンチカツ・小松菜のツナ和え ゴボウとレンコンの金平・ごはん 味噌汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	593	15.6	19.8	2.8	メンチカツ ツナ・わかめ 牛乳	ごま・精白米 じゃが芋 クラッカー・マシュマロ	小松菜・もやし ゴボウ・レンコン 人参
18	金	けんちんうどん・蒸し鶏サラダ さつま芋の天ぷら みかん・牛乳	ツナピラフおにぎり 麦茶	538	17.6	33.5	1.7	豆腐 鶏肉 牛乳・ツナ	うどん・里芋 胡麻ドレッシング・さつま芋 てんぷら粉・精白米・マーガリン	ゴボウ・大根・人参・白菜 ブロッコリー・カリフラワー・みかん 玉ねぎ・ミックスベジタブル
19	土	親子観劇会								
20	日									
21	月	たらこスパゲティ キャベツサラダ・ウインナー ポトフ・牛乳	天かすと青のりのおにぎり 麦茶	612	18.7	18.1	3.1	たらこソース・バター のり・ウインナー 牛乳・青のり	スパゲティ イタリアンドレッシング じゃが芋・精白米	キャベツ・きゅうり 人参・コーン ブロッコリー・玉ねぎ
22	火	鯖の味噌煮・お浸し 花五目卵巻き・十六穀ごはん すまし汁・牛乳	りんご入り ホットケーキ 麦茶	480	20.4	12.3	2.7	サバ・五目卵巻き 豆腐・わかめ 牛乳	片栗粉 精白米・十六穀米の素 ホットケーキミックス粉	ほうれん草・もやし 人参・長ネギ りんご
23	水	ジャムパン・花野菜サラダ マカロニグラタン・トマトスープ オレンジジュース	鮭と菜飯のおにぎり 牛乳	508	13.5	13.2	2.7	ベーコン・ウインナー 鮭フレーク チーズ・牛乳	食パン・ブルーベリージャム 和風ドレッシング・マカロニ ホワイトソース・精白米・ジュース	菜飯の素・カリフラワー・人参 ブロッコリー・コーン・トマト缶 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草・キャベツ
24	木	ササミカツ・海藻サラダ 厚揚げ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	417	14.1	8.2	2.2	ササミカツ 海藻サラダ・厚揚げ 牛乳	青じそドレッシング 精白米 ワッフル・ジュース	大根・きゅうり 小松菜・人参・しめじ もやし・ニラ
25	金	ピザソースハンバーグ・かぼちゃサラダ ほうれん草コーンソテー・ごはん コンソメスープ・牛乳	のり塩ポテト 麦茶	566	18.6	23.7	2.5	豚肉・卵 ベーコン・牛乳 青のり	精白米・パン粉・ピザソース マヨネーズ・マーガリン クリンクルカットポテト	ミックスベジタブル・玉ねぎ かぼちゃ・きゅうり・コーン ほうれん草・キャベツ・人参
26	土	鶏の照り焼き・水菜のサラダ 五目豆・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	522	22.6	14	2.4	鶏肉 ハム・大豆 牛乳	片栗粉 和風ドレッシング サラダせんべい	水菜・人参・コーン 筍・大根 ほうれん草・しめじ
27	日									
28	月	キス磯香フライ・ゆかり和え 昆布びら・ごはん 味噌汁・牛乳	シュガートースト 麦茶	504	15.3	13.8	2.5	キス磯香フライ 昆布・鶏肉 牛乳	ごま 精白米・じゃが芋 食パン・マーガリン	白菜・人参 きゅうり・ごぼう 玉ねぎ
29	火	きりん組リクエスト給食・鶏のから揚げ パリパリサラダ・煮豆・納豆ごはん ニラ玉汁・牛乳	肉まん 麦茶	655	23.8	19	2.7	鶏肉・金時豆 納豆 卵・牛乳	片栗粉・精白米 ポテトチップス 肉まん	キャベツ・人参 きゅうり にら・長ネギ
30	水	ジャージャーラーメン ナムル・焼売 オレンジ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	483	21.5	13.5	4.6	豚肉 焼売・鶏肉 牛乳	冷凍ラーメン・ごま油 片栗粉・精白米 味噌ラーメンスープ	人参・玉ねぎ・椎茸 コーン・ほうれん草 もやし・味付きメンマ
31	木	三色丼・和風サラダ 竹輪の天ぷら 味噌汁・牛乳	バウムクーヘン 麦茶	568	18.8	20	2	鶏肉・たまごそぼろ ちくわ・油揚げ 牛乳	精白米・和風ドレッシング てんぷら粉 バウムクーヘン	キヌサヤ・大根 人参・水菜 コーン・キャベツ

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 1月の予定こんだてひょう(2才児)



平成30年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子をととのえる
1	火		元日								
2	水		休園								
3	木		休園								
4	金		休園								
5	土		休園								
6	日		休園								
7	月	ウエハース	豆腐ハンバーグ・ブロッコリーサラダ さつま芋の甘煮・わかめごはん 味噌汁・牛乳	七草粥 麦茶	536	15.2	5.2	2.2	豆腐ハンバーグ わかめごはんの素 牛乳	和風ドレッシング さつま芋・精白米 麩・里芋・ウエハース	ブロッコリー・人参 コーン・ほうれん草 七草・大根・椎茸
8	火	ソフトせんべい	醤油ラーメン・中華和え 揚げ餃子・バナナ 牛乳	ひじきおにぎり 麦茶	539	16.7	13.2	3.9	豚肉・ハム 錦糸卵・餃子 牛乳・ひじき・油揚げ	冷凍ラーメン 醤油ラーメンスープ 精白米・ソフトせんべい	人参・キャベツ・ニラ チンゲン菜・もやし・きゅうり バナナ・グリーンピース
9	水	アセロラゼリー	モロの蒲焼・ほうれん草の胡麻和え 厚焼玉子・ごはん 味噌汁・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	502	16.9	9.7	2.1	モロ 厚焼玉子 牛乳・金時豆	片栗粉・蒲焼のたれ ごま・精白米・ゼリー じゃが芋・蒸しパンミックス	ほうれん草 人参・もやし 玉ねぎ
10	木	オレンジ	焼肉ピラフ・イタリアンサラダ ミニコロッケ・千切り野菜スープ 牛乳	かぼちゃあべかわ 麦茶	526	17.4	17.1	2.6	豚肉・ツナ コロッケ・ウィンナー 牛乳・きな粉	精白米 焼肉のたれ イタリアンドレッシング	オレンジ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参 いんげん・ブロッコリー 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
11	金	ビスケット	鶏のすっぱ煮・納豆サラダ 切り干し大根煮・麦入りごはん 味噌汁・牛乳	クッキング フルーツサンドパン 麦茶	560	17	17.9	2.3	鶏肉・納豆 さつま揚げ・牛乳 ホイップクリーム	片栗粉・青じそドレッシング 精白米・押し麦 食パン・ビスケット	ほうれん草・もやし 人参・切り干し大根 グリーンピース・フルーツカクテル
12	土	グレープフルーツ	豚肉の甘辛炒め・白菜の昆布茶和え 揚げ里芋・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	514	15.8	11.1	2.1	豚肉 豆腐・わかめ 牛乳	里芋・片栗粉 精白米 醤油せんべい	白菜・人参 きゅうり・コーン 長ネギ・グレープフルーツ
13	日										
14	月		成人の日								
15	火	星型せんべい	サーモンフライ・フレンチサラダ チーズ入り炒り卵・ごはん コンソメスープ・牛乳	おさつごま団子 麦茶	482	16.6	14.6	2.1	サーモンフライ・ウィンナー たまごそぼろ・チーズ 牛乳・あずき	白ドレッシング 精白米・星型せんべい さつま芋・ごま	ブロッコリー 人参・コーン 白菜
16	水	クッキー	ポークカレー・福神漬け コロコロサラダ・リンゴ 牛乳	原宿ドック(チーズ) 麦茶	531	13.2	14.4	3.1	豚肉 ハム・大豆 牛乳	精白米・バーモントフレーク 青じそドレッシング・クッキー じゃが芋・原宿ドック	玉ねぎ・人参 福神漬け・コーン きゅうり・大根・リンゴ
17	木	コーンフレーク	メンチカツ・小松菜のツナ和え ゴボウとレンコンの金平・ごはん 味噌汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	573	13.6	17.8	2.6	メンチカツ ツナ・わかめ 牛乳	ごま・精白米 じゃがいも・コーンフレーク クラッカー・マシュマロ	小松菜・もやし ゴボウ・レンコン 人参
18	金	白い風船	けんちんうどん・蒸し鶏サラダ さつま芋の天ぷら みかん・牛乳	ツナピラフおにぎり 麦茶	518	15.6	31.5	1.5	豆腐 鶏肉 牛乳・ツナ	白い風船・うどん・里芋 胡麻ドレッシング・さつま芋 てんぷら粉・精白米・マーガリン	ゴボウ・大根・人参・白菜 ブロッコリー・カリフラワー・みかん 玉ねぎ・ミックスベジタブル
19	土		親子観劇会								
20	日										
21	月	チーズかまぼこ	たらこスパゲティ キャベツサラダ・ウィンナー ポトフ・牛乳	天かすと青のりのおにぎり 麦茶	592	16.7	16.1	2.9	たらこソース・バター のり・ウィンナー 牛乳・青のり・チーズかまぼこ	スパゲティ イタリアンドレッシング じゃが芋・精白米	キャベツ・きゅうり 人参・コーン ブロッコリー・玉ねぎ
22	火	プリン	鯖の味噌煮・お浸し 花五目卵巻き・十六穀ごはん すまし汁・牛乳	りんご入りホットケーキ 麦茶	460	18.4	10.3	2.5	サバ・五目卵巻き 豆腐・わかめ 牛乳	プリン・片栗粉 精白米・十六穀米の素 ホットケーキミックス粉	ほうれん草・もやし 人参・長ネギ りんご
23	水	ウエハース	ジャムパン・花野菜サラダ マカロニグラタン・トマトスープ オレンジジュース	鮭と菜飯のおにぎり 牛乳	488	11.5	11.2	2.5	ベーコン・ウィンナー 鮭フレーク チーズ・牛乳	ウエハース・食パン・ブルーベリージャム 和風ドレッシング・マカロニ ホワイトソース・精白米・ジュース	菜飯の素・カリフラワー・人参 ブロッコリー・コーン・トマト缶 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草・キャベツ
24	木	星型せんべい	ササミカツ・海藻サラダ 厚揚げ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	397	12.1	6.2	2	ササミカツ 海藻サラダ・厚揚げ 牛乳	青じそドレッシング 精白米・星型せんべい ワッフル・ジュース	大根・きゅうり 小松菜・人参・しめじ もやし・ニラ
25	金	ヨーグルト	ピザソースハンバーグ・かぼちゃサラダ ほうれん草コーンソテー・ごはん コンソメスープ・牛乳	のり塩ポテト 麦茶	546	16.6	21.7	2.3	ヨーグルト・豚肉・卵 ベーコン・牛乳 青のり	精白米・パン粉・ピザソース マヨネーズ・マーガリン クリンクルカットポテト	ミックスベジタブル・玉ねぎ かぼちゃ・きゅうり・コーン ほうれん草・キャベツ・人参
26	土	バナナ	鶏の照り焼き・水菜のサラダ 五目豆・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	502	20.6	12	2.2	鶏肉 ハム・大豆 牛乳	片栗粉 和風ドレッシング サラダせんべい	水菜・人参・コーン バナナ・筍・大根 ほうれん草・しめじ
27	日										
28	月	クラッカーチーズ	キス磯香フライ・ゆかり和え 昆布びら・ごはん 味噌汁・牛乳	シュガートースト 麦茶	484	13.3	11.8	2.3	キス磯香フライ 昆布・鶏肉 牛乳・チーズ	クラッカー・ごま 精白米・じゃが芋 食パン・マーガリン	白菜・人参 きゅうり・ごぼう 玉ねぎ
29	火	白い風船	きりん組リクエスト給食・鶏のから揚げ パリパリサラダ・煮豆・納豆ごはん ニラ玉汁・牛乳	肉まん 麦茶	635	21.8	17	2.5	鶏肉・金時豆 納豆 卵・牛乳	片栗粉・精白米 ポテトチップス 肉まん・白い風船	キャベツ・人参 きゅうり にら・長ネギ
30	水	ソフトせんべい	ジャージャーラーメン ナムル・焼売 オレンジ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	463	19.5	11.5	4.4	豚肉 焼売・鶏肉 牛乳	冷凍ラーメン・ごま油 ソフトせんべい・片栗粉・精白米 味噌ラーメンスープ	人参・玉ねぎ・椎茸 コーン・ほうれん草 もやし・味付きメンマ
31	木	オレンジ	三色丼・和風サラダ 竹輪の天ぷら 味噌汁・牛乳	バウムクーヘン 麦茶	548	16.8	18	1.8	鶏肉・たまごそぼろ ちくわ・油揚げ 牛乳	精白米・和風ドレッシング てんぷら粉 バウムクーヘン	キヌサヤ・大根 オレンジ・人参・水菜 コーン・キャベツ

\* 日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 1月の予定こんだてひょう(1才児)



平成30年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤：血や肉になる	黄：熱や力になる	緑：調子をとのえる
1	火		元日								
2	水		休園								
3	木		休園								
4	金		休園								
5	土		休園								
6	日		休園								
7	月	ウエハース	豆腐ハンバーグ・ブロッコリーサラダ さつま芋の甘煮・わかめごはん 味噌汁・牛乳	七草粥 麦茶	506	13.2	3.2	2	豆腐ハンバーグ わかめごはんの素 牛乳	和風ドレッシング さつま芋・精白米 麩・里芋・ウエハース	ブロッコリー・人参 コーン・ほうれん草 七草・大根・椎茸
8	火	ソフトせんべい	醤油ラーメン・中華和え 揚げ餃子・バナナ 牛乳	ひじきおにぎり 麦茶	509	14.7	11.2	3.7	豚肉・ハム 錦糸卵・餃子 牛乳・ひじき・油揚げ	冷凍ラーメン 醤油ラーメンスープ 精白米・ソフトせんべい	人参・キャベツ・ニラ チンゲン菜・もやし・きゅうり バナナ・グリーンピース
9	水	アセロラゼリー	モロの蒲焼・ほうれん草の胡麻和え 厚焼玉子・ごはん 味噌汁・牛乳	金時豆入り蒸しパン 麦茶	472	14.9	7.7	1.9	モロ 厚焼玉子 牛乳・金時豆	片栗粉・蒲焼のたれ ごま・精白米・ゼリー じゃが芋・蒸しパンミックス	ほうれん草 人参・もやし 玉ねぎ
10	木	オレンジ	焼肉ピラフ・イタリアンサラダ ミニコロッケ・千切り野菜スープ 牛乳	かぼちゃあべかわ 麦茶	496	15.4	15.1	2.4	豚肉・ツナ コロッケ・ウィンナー 牛乳・きな粉	精白米 焼肉のたれ イタリアンドレッシング	オレンジ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参 いんげん・ブロッコリー 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
11	金	ビスケット	鶏のすっぱ煮・納豆サラダ 切り干し大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	クッキング フルーツサンドパン 麦茶	530	15	15.9	2.1	鶏肉・納豆 さつま揚げ・牛乳 ホイップクリーム	青じそドレッシング 精白米・片栗粉 食パン・ビスケット	ほうれん草・もやし 人参・切り干し大根 グリーンピース・フルーツカクテル
12	土	グレープフルーツ	豚肉の甘辛炒め・白菜の昆布茶和え 揚げ里芋・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	484	13.8	9.1	1.9	豚肉 豆腐・わかめ 牛乳	里芋・片栗粉 精白米 醤油せんべい	白菜・人参 きゅうり・コーン 長ネギ・グレープフルーツ
13	日										
14	月		成人の日								
15	火	星型せんべい	サーモンフライ・フレンチサラダ チーズ入り炒り卵・ごはん コンソメスープ・牛乳	おさつごま団子 麦茶	452	14.6	12.6	1.9	サーモンフライ・ウィンナー たまごそぼろ・チーズ 牛乳・あずき	白ドレッシング 精白米・星型せんべい さつま芋・ごま	ブロッコリー 人参・コーン 白菜
16	水	クッキー	ポークカレー・福神漬け コロコロサラダ・リンゴ 牛乳	原宿ドック(チーズ) 麦茶	501	11.2	12.4	2.9	豚肉 ハム・大豆 牛乳	精白米・パーモントフレーク 青じそドレッシング・クッキー じゃが芋・原宿ドック	玉ねぎ・人参 福神漬け・コーン きゅうり・大根・リンゴ
17	木	コーンフレーク	メンチカツ・小松菜のツナ和え ゴボウとレンコンの金平・ごはん 味噌汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	543	11.6	15.8	2.4	メンチカツ ツナ・わかめ 牛乳	ごま・精白米 じゃがいも・コーンフレーク クラッカー・マシュマロ	小松菜・もやし ゴボウ・レンコン 人参
18	金	白い風船	けんちんうどん・蒸し鶏サラダ さつま芋の天ぷら みかん・牛乳	ツナピラフおにぎり 麦茶	488	13.6	29.5	1.3	豆腐 鶏肉 牛乳・ツナ	白い風船・うどん・里芋 胡麻ドレッシング・さつま芋 てんぷら粉・精白米・マーガリン	ゴボウ・大根・人参・白菜 ブロッコリー・カリフラワー・みかん 玉ねぎ・ミックスベジタブル
19	土		親子観劇会								
20	日										
21	月	チーズかまぼこ	たらこスパゲティ キャベツサラダ・ウィンナー ポトフ・牛乳	天かすと青のりのおにぎり 麦茶	562	14.7	14.1	2.7	たらこソース・バター のり・ウィンナー 牛乳・青のり・チーズかまぼこ	スパゲティ イタリアンドレッシング じゃが芋・精白米	キャベツ・きゅうり 人参・コーン ブロッコリー・玉ねぎ
22	火	プリン	鯖の味噌煮・お浸し 花五目卵巻き・ごはん すまし汁・牛乳	りんご入りホットケーキ 麦茶	430	16.4	8.3	2.3	サバ・五目卵巻き 豆腐・わかめ 牛乳	プリン・片栗粉 精白米 ホットケーキミックス粉	ほうれん草・もやし 人参・長ネギ りんご
23	水	ウエハース	ジャムパン・花野菜サラダ マカロニグラタン・トマトスープ オレンジジュース	鮭と菜飯のおにぎり 牛乳	458	9.5	9.2	2.3	ベーコン・ウィンナー 鮭フレーク チーズ・牛乳	ウエハース・食パン・ブルーベリージャム 和風ドレッシング・マカロニ ホワイトソース・精白米・ジュース	菜飯の素・カリフラワー・人参 ブロッコリー・コーン・トマト缶 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草・キャベツ
24	木	星型せんべい	ササミカツ・海藻サラダ 厚揚げ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	367	10.1	4.2	1.8	ササミカツ 海藻サラダ・厚揚げ 牛乳	青じそドレッシング 精白米・星型せんべい ワッフル・ジュース	大根・きゅうり 小松菜・人参・しめじ もやし・ニラ
25	金	ヨーグルト	ピザソースハンバーグ・かぼちゃサラダ ほうれん草コーンソテー・ごはん コンソメスープ・牛乳	のり塩ポテト 麦茶	516	14.6	19.7	2.1	ヨーグルト・豚肉・卵 ベーコン・牛乳 青のり	精白米・パン粉・ピザソース マヨネーズ・マーガリン クリンクルカットポテト	ミックスベジタブル・玉ねぎ かぼちゃ・きゅうり・コーン ほうれん草・キャベツ・人参
26	土	バナナ	鶏の照り焼き・水菜のサラダ 五目豆・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	472	18.6	10	2	鶏肉 ハム・大豆 牛乳	片栗粉 和風ドレッシング サラダせんべい	水菜・人参・コーン バナナ・筍・大根 ほうれん草・しめじ
27	日										
28	月	クラッカーチーズ	キス磯香フライ・ゆかり和え 昆布びら・ごはん 味噌汁・牛乳	シュガートースト 麦茶	454	11.3	9.8	2.1	キス磯香フライ 昆布・鶏肉 牛乳・チーズ	クラッカー・ごま 精白米・じゃが芋 食パン・マーガリン	白菜・人参 きゅうり・ごぼう 玉ねぎ
29	火	白い風船	きりん組リクエスト給食・鶏のから揚げ バリバリサラダ・煮豆・納豆ごはん ニラ玉汁・牛乳	肉まん 麦茶	605	19.8	15	2.3	鶏肉・金時豆 納豆 卵・牛乳	片栗粉・精白米 ポテトチップス 肉まん・白い風船	キャベツ・人参 きゅうり にら・長ネギ
30	水	ソフトせんべい	ジャージャーラーメン ナムル・焼売 オレンジ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	433	17.5	9.5	4.2	豚肉 焼売・鶏肉 牛乳	冷凍ラーメン・ごま油 ソフトせんべい・片栗粉・精白米 味噌ラーメンスープ	人参・玉ねぎ・椎茸 コーン・ほうれん草 もやし・味付きメンマ
31	木	オレンジ	三色丼・和風サラダ 竹輪の天ぷら 味噌汁・牛乳	バウムクーヘン 麦茶	518	14.8	16	1.6	鶏肉・たまごそぼろ ちくわ・油揚げ 牛乳	精白米・和風ドレッシング てんぷら粉 バウムクーヘン	キヌサヤ・大根 オレンジ・人参・水菜 コーン・キャベツ

\* 日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください