



2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	金	お誕生会・節分・鬼さんごはん コロコロサラダ ぶどうゼリー・カルピスウォーター	ロールケーキ 牛乳	549	20.9	181	2.5	卵・チャーシュー 鶏肉・厚焼玉子・チーズ のり・ハム・牛乳	精白米・チャーハンの素 青じそドレッシング・ぶどうゼリー カルピス・ロールケーキ	長ネギ 大根・人参 コーン・きゅうり
2	土	豚肉とキャベツの味噌炒め いんげんの胡麻和え・がんも煮 ごはん・すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	581	20.3	15.7	1.9	豚肉 がんも・わかめ 牛乳	ごま・片栗粉 精白米 星型せんべい	キャベツ・玉ねぎ いんげん・もやし にんじん・長ネギ
3	日									
4	月	ハムカツ・キャベツサラダ オムレツ・ごはん コンソメスープ・牛乳	お麩の ラスク 麦茶	578	17.1	23.4	2.7	ハムカツ オムレツ 牛乳・バター	青じそドレッシング 精白米 麩	キャベツ・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ミックスベジタブル
5	火	わかめうどん・レンコンサラダ ソーセージ天ぷら プリン・牛乳	ゆかりおにぎ り 麦茶	527	17.9	15.8	2.8	わかめ・かまぼこ ハム・魚肉ソーセージ 牛乳	うどん ごまクリームドレッシング プリンの素・精白米	玉ねぎ・レンコン 水菜・人参 コーン・ゆかり粉
6	水	ハヤシライス フレンチサラダ・ミートボール グレープフルーツ・牛乳	ツナサンドパ ン 麦茶	695	22.1	33.5	3.1	豚肉 ミートボール 牛乳・ツナ	精白米・ハヤシフレーク 白ドレッシング ロールパン・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・コーン グレープフルーツ・きゅうり
7	木	白身魚フライ・白菜昆布茶和え 里芋そぼろあんかけ・菜飯ごはん 味噌汁・牛乳	あずきクリー ムクラッカー 麦茶	505	16.8	16.1	2.5	白身魚フライ・昆布茶 鶏肉・油揚げ 牛乳・あずき	里芋 精白米 クラッカー・ホイップ	白菜・人参 水菜・菜飯の素 キャベツ
8	金	酢鶏・春雨サラダ エビシューマイ・ごはん たまごスープ・牛乳	野菜入りホッ トケーキ 麦茶	579	22.6	24.5	2.2	鶏肉・ハム エビ焼売・卵・わかめ 牛乳・チーズ	片栗粉・酢豚の素 春雨・和風ドレッシング 精白米・ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参 ピーマン・きゅうり・コーン 長ネギ・ほうれん草
9	土	ポークビーンズ・ツナサラダ ウインナー・ごはん ポトフ・牛乳	醤油せんべい 麦茶	635	24.4	19.4	2.7	豚肉・大豆 ツナ・ウインナー 牛乳	イタリアンドレッシング 精白米・じゃが芋 醤油せんべい	玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・キャベツ・黄ピーマン ブロッコリー・人参
10	日									
11	月	建国記念日								
12	火	チキンカツ煮・ゆかり和え 金時豆・ごはん 味噌汁・牛乳	クッキング プリン アラモード 麦茶	504	15.5	11.1	1.8	チキンカツ・卵 金時豆 牛乳	精白米 里芋 プリン・ホイップ	玉ねぎ・白菜・きゅうり 人参・ゆかり粉・キヌサヤ パイン缶・みかん缶・黄桃缶
13	水	鮭のマヨネーズ焼き・なめ茸和え さつま芋の甘煮・のり佃煮ごはん 田舎汁・牛乳	黒蜜きな粉蒸 しパン 麦茶	518	16.3	14.7	2.3	鮭・のり佃煮 鶏肉 牛乳・きな粉	マヨネーズ・さつま芋 精白米 蒸しパンミックス・黒蜜	キャベツ 人参・なめ茸 大根・ごぼう
14	木	ジャムパン ほうれん草のサラダ・ササミカツ クリームシチュー・麦茶	星型せんべい 牛乳	540	21.5	16.1	3.1	ササミカツ 鶏肉 牛乳	リンゴジャム・和風ドレッシング じゃが芋・クリームシチューの素 星型せんべい	ほうれん草・人参 コーン・玉ねぎ ブロッコリー
15	金	焼きそば・大根のおかか和え かにかま卵ロー れ わかめスープ・牛乳	五目おこわお にぎり 麦茶	502	17.4	14.5	3.5	豚肉・かにかま卵ロー れ かつお節・わかめ 牛乳・鶏肉	焼きそば麺 焼きそばソース ごま油・精白米・もち米	キャベツ・人参・ニラ もやし・大根 長ネギ・筍・椎茸・ごぼう
16	土	ばんだ組懇談会・モロの竜田揚げ ブロッコリーサラダ・栄養金平 ごはん・味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	546	18.6	16.1	3.1	モロ・豚肉 茎ワカメ・さつま揚げ 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング ごま油・精白米 じゃが芋・ビスケット	ブロッコリー・人参 コーン・ごぼう 椎茸・玉ねぎ
17	日									
18	月	チンジャオロース・ナムル カニシューマイ・ごはん 中華スープ・牛乳	のり塩ポテト 麦茶	536	19.6	22	2	豚肉 カニシューマイ 牛乳・青のり	チンジャオロースの素 ごま油・精白米 クリンクルカットポテト	玉ねぎ・筍・ピーマン もやし・ほうれん草・人参 味噌付きメンマ・チンゲン菜
19	火	豆腐入り松風焼き・胡麻ドレ和え 切り昆布煮・ごはん すまし汁・牛乳	原宿ドック (チーズ) 麦茶	504	19.7	18.1	2.3	鶏肉・豆腐 卵・昆布 油揚げ・牛乳	パン粉 ごまクリームドレッシング 精白米・原宿ドック(チーズ)	玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり キヌサヤ・もやし
20	水	りす組リクエスト給食・ミニコロッケ 納豆サラダ・かぼちゃのいとこ煮 ごはん・味噌汁・りんごジュース	ジャムパン 麦茶	668	16.5	15.2	3.2	ミニコロッケ わかめ・納豆 あずき	青じそドレッシング りんごジュース 食パン・イチゴジャム	大根・人参 かぼちゃ・白菜 しめじ・小ネギ
21	木	鯖のカレー焼・もやしサラダ 揚げ里芋・十六穀ごはん なめこ汁・牛乳	マシュマロフ レーク 麦茶	552	17.9	12.7	2.3	さば ハム 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング カレー粉・里芋・精白米・十六穀米 マシュマロ・コーンフレーク	もやし・インゲン 人参・黄ピーマン なめこ・長ネギ
22	金	ミートソーススパゲティ 野菜のコンソメ煮・チキンナゲット フルーツヨーグルト・麦茶	ツナと昆布の おにぎり 牛乳	666	24.1	17.9	3.2	ミートソース・豚肉 チキンナゲット・ヨーグルト 牛乳・ふじっこ・ツナ	スパゲティ デミソース 精白米	玉ねぎ・キャベツ 人参・ブロッコリー みかん缶
23	土	鶏のみぞれ煮・お浸し 竹輪の磯部揚げ・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	502	16.3	10.2	2.1	鶏肉 竹輪・青のり 牛乳	片栗粉 精白米・じゃが芋 サラダせんべい	大根おろし・小松菜 白菜・人参 玉ねぎ
24	日									
25	月	かぼちゃコロッケ・花野菜サラダ ひじき煮・ごはん 豚汁・牛乳	バウムクーヘ ン 野菜ジュース	598	17.3	19.3	2.2	かぼちゃコロッケ ひじき・さつま揚げ 大豆・豚肉・牛乳	和風ドレッシング 精白米・バウムクーヘン 野菜ジュース	カリフラワー・ブロッコリー 人参・コーン 大根・ごぼう
26	火	フルーツサンド・イタリアンサラダ マカロニグラタン トマトスープ・牛乳	きつねおにぎ り 麦茶	589	16.6	23.3	2.9	ベーコン 粉チーズ・ウインナー 牛乳・味付いなり	ロールパン・ホイップ・マカロニ イタリアンドレッシング・ホワイトソース 牛乳・精白米	フルーツカクテル缶・キャベツ きゅうり・人参・黄ピーマン ほうれん草・玉ねぎ・トマト缶
27	水	根菜カレー・福神漬け シーザーサラダ・ハッシュドポテト バナナ・牛乳	あんぱん 麦茶	682	18.9	27.3	2.4	鶏肉 チーズ 牛乳	精白米・パルメントフレーク シーザードレッシング ハッシュドポテト・あんぱん	玉ねぎ・人参・レンコン 大根・ごぼう・ブロッコリー 黄ピーマン・バナナ
28	木	醤油ラーメン バリバリサラダ・揚げ餃子 杏仁フルーツ・牛乳	中華風おこわ おにぎり 麦茶	507	15.4	12.4	2.8	なると 昆布茶・餃子 チャーシュー・牛乳	冷凍ラーメン・醤油ラーメンスープ ポテトチップス・杏仁豆腐 精白米・もち米	味噌付きメンマ・ほうれん草 キャベツ・きゅうり 人参・黄桃缶・椎茸・筍

*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



2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:調子をとのえる
1	金	クッキー	お誕生会・節分・鬼さんごはん コロコロサラダ ぶどうゼリー・カルピスウォーター	ロールケーキ 牛乳	529	18.9	179	2.3	卵・チャーシュー 鶏肉・厚焼玉子・チーズ のり・ハム・牛乳	クッキー・精白米・チャーハンの素 青じそドレッシング・ぶどうゼリー カルピス・ロールケーキ	長ネギ 大根・人参 コーン・きゅうり
2	土	りんご	豚肉とキャベツの味噌炒め いんげんの胡麻和え・がんも煮 ごはん・すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	561	18.3	13.7	1.7	豚肉 がんも・わかめ 牛乳	ごま・片栗粉 精白米 星型せんべい	りんご・キャベツ・玉ねぎ いんげん・もやし にんじん・長ネギ
3	日										
4	月	ウエハース	ハムカツ・キャベツサラダ オムレツ・ごはん コンソメスープ・牛乳	お麩の ラスク 麦茶	558	15.1	21.4	2.5	ハムカツ オムレツ 牛乳・バター	ウエハース 青じそドレッシング 精白米・麩	キャベツ・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ミックスベジタブル
5	火	ソフトせんべい	わかめうどん・レンコンサラダ ソーセージ天ぷら プリン・牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	507	15.9	13.8	2.6	わかめ・かまぼこ ハム・魚肉ソーセージ 牛乳	ソフトせんべい・うどん ごまクリーミードレッシング プリンの素・精白米	玉ねぎ・レンコン 水菜・人参 コーン・ゆかり粉
6	水	白い風船	ハヤシライス フレンチサラダ・ミートボール グレープフルーツ・牛乳	ツナサンドパン 麦茶	675	20.1	31.5	2.9	豚肉 ミートボール 牛乳・ツナ	白い風船・精白米・ハヤシフレーク 白ドレッシング ロールパン・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・コーン グレープフルーツ・きゅうり
7	木	ビスケット	白身魚フライ・白菜昆布茶和え 里芋そぼろあんかけ・菜飯ごはん 味噌汁・牛乳	あずきクリーム クラッカー 麦茶	485	14.8	14.1	2.3	白身魚フライ・昆布茶 鶏肉・油揚げ 牛乳・あずき	ビスケット・里芋 精白米 クラッカー・ホイップ	白菜・人参 水菜・菜飯の素 キャベツ
8	金	アセロラゼリー	酢鶏・春雨サラダ エビシューマイ・ごはん たまごスープ・牛乳	野菜入りホット ケーキ 麦茶	559	20.6	22.5	2	鶏肉・ハム エビ焼売・卵・わかめ 牛乳・チーズ	アセロラゼリー・片栗粉・酢豚の素 春雨・和風ドレッシング 精白米・ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参 ピーマン・きゅうり・コーン 長ネギ・ほうれん草
9	土	オレンジ	ポークビーンズ・ツナサラダ ウインナー・ごはん ポトフ・牛乳	醤油せんべい 麦茶	615	22.4	17.4	2.5	豚肉・大豆 ツナ・ウインナー 牛乳	イタリアンドレッシング 精白米・じゃが芋 醤油せんべい	オレンジ・玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・キャベツ・黄ピーマン ブロッコリー・人参
10	日										
11	月		建国記念日								
12	火	チーズかまぼこ	チキンカツ煮・ゆかり和え 金時豆・ごはん 味噌汁・牛乳	クッキング プリン アラモード 麦茶	484	13.5	9.1	1.6	チキンカツ・卵 金時豆 牛乳・チーズかまぼこ	精白米 里芋 プリン・ホイップ	玉ねぎ・白菜・きゅうり 人参・ゆかり粉・キヌサヤ パイン缶・みかん缶・黄桃缶
13	水	ヨーグルト	鮭のマヨネーズ焼き・なめ茸和え さつまいもの甘煮・のり佃煮ごはん 田舎汁・牛乳	黒蜜きな粉蒸 しパン 麦茶	498	14.3	12.7	2.1	ヨーグルト・鮭・のり佃煮 鶏肉 牛乳・きな粉	マヨネーズ・さつまい芋 精白米 蒸しパンミックス・黒蜜	キャベツ 人参・なめ茸 大根・ごぼう
14	木	白い風船	ジャムパン ほうれん草のサラダ・ササミカツ クリームシチュー・麦茶	星型せんべい 牛乳	520	19.5	14.1	2.9	ササミカツ 鶏肉 牛乳	リンゴジャム・和風ドレッシング じゃが芋・クリームシチューの素 星型せんべい・白い風船	ほうれん草・人参 コーン・玉ねぎ ブロッコリー
15	金	オレンジ	焼きそば・大根のおかか和え かにかま卵ロール わかめスープ・牛乳	五目おこわお にぎり 麦茶	482	15.4	12.5	3.3	豚肉・かにかま卵ロール かつお節・わかめ 牛乳・鶏肉	焼きそば麺 焼きそばソース ごま油・精白米・もち米	オレンジ・キャベツ・人参・ニラ もやし・大根・人参 長ネギ・筍・椎茸・ごぼう
16	土	バナナ	ぱんだ組懇談会・モロの竜田揚げ ブロッコリーサラダ・栄養金平 ごはん・味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	526	16.6	14.1	2.9	モロ・豚肉 茎わかめ・さつまい芋 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング ごま油・精白米 じゃが芋・ビスケット	バナナ・ブロッコリー・人参 コーン・ごぼう 椎茸・玉ねぎ
17	日										
18	月	星型せんべい	チンジャオロース・ナムル カニシューマイ・ごはん 中華スープ・牛乳	のり塩ポテト 麦茶	516	17.6	20	1.8	豚肉 カニシューマイ 牛乳・青のり	チンジャオロースの素 星型せんべい・ごま油・精白米 クリンクルカットポテト	玉ねぎ・筍・ピーマン もやし・ほうれん草・人参 味付きメンマ・チンゲン菜
19	火	クッキー	豆腐入り松風焼き・胡麻ドレ和え 切り昆布煮・ごはん すまし汁・牛乳	原宿ドック (チーズ) 麦茶	484	17.7	16.1	2.1	鶏肉・豆腐 卵・昆布 油揚げ・牛乳	クッキー・パン粉 ごまクリーミードレッシング 精白米・原宿ドック(チーズ)	玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり キヌサヤ・もやし
20	水	プリン	りす組リクエスト給食・ミニコロッケ 納豆サラダ・かぼちゃのいとこ煮 ごはん・味噌汁・りんごジュース	ジャムパン 麦茶	648	14.5	13.2	3	ミニコロッケ わかめ・納豆 あずき	プリン・青じそドレッシング りんごジュース 食パン・イチゴジャム	大根・人参 かぼちゃ・白菜 しめじ・小ネギ
21	木	オレンジ	鯖のカレー焼・もやしサラダ 揚げ里芋・十六穀ごはん なめこ汁・牛乳	マシュマロフ レーク 麦茶	532	15.9	10.7	2.1	さば ハム 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング カレー粉・里芋・精白米・十六穀米 マシュマロ・コーンフレーク	オレンジ・もやし・インゲン 人参・黄ピーマン なめこ・長ネギ
22	金	ウエハース	ミートソーススパゲティ 野菜のコンソメ煮・チキンナゲット フルーツヨーグルト・麦茶	ツナと昆布の おにぎり 牛乳	646	22.1	15.9	3	ミートソース・豚肉 チキンナゲット・ヨーグルト 牛乳・ふじっこ・ツナ	ウエハース・スパゲティ デミソース 精白米	玉ねぎ・キャベツ 人参・ブロッコリー みかん缶
23	土	グレープフルーツ	鶏のみぞれ煮・お浸し 竹輪の磯部揚げ・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	482	14.3	8.2	1.9	鶏肉 竹輪・青のり 牛乳	片栗粉 精白米・じゃが芋 サラダせんべい	大根おろし・小松菜 白菜・人参 玉ねぎ・グレープフルーツ
24	日										
25	月	クラッカー チーズ	かぼちゃコロッケ・花野菜サラダ ひじき煮・ごはん 豚汁・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	578	15.3	17.3	2	チーズ・かぼちゃコロッケ ひじき・さつまい芋 大豆・豚肉・牛乳	クラッカー・和風ドレッシング 精白米・バウムクーヘン 野菜ジュース	カリフラワー・ブロッコリー 人参・コーン 大根・ごぼう
26	火	コーンフ レーク	フルーツサンド・イタリアンサラダ マカロニグラタン トマトスープ・牛乳	きつねおにぎり 麦茶	569	14.6	21.3	2.7	ベーコン 粉チーズ・ウインナー 牛乳・味付いなり	ロールパン・ホイップ・マカロニ イタリアンドレッシング・ホワイトソース 牛乳・精白米・コーンフレーク	フルーツカクテル缶・キャベツ きゅうり・人参・黄ピーマン ほうれん草・玉ねぎ・トマト缶
27	水	ソフトせんべい	根菜カレー・福神漬け シーザーサラダ・ハッシュドポテト バナナ・牛乳	あんぱん 麦茶	662	16.9	25.3	2.2	鶏肉 チーズ 牛乳	精白米・パーモントフレーク ソフトせんべい・シーザードレッシング ハッシュドポテト・あんぱん	玉ねぎ・人参・レンコン 大根・ごぼう・ブロッコリー 黄ピーマン・バナナ
28	木	ビスケット	醤油ラーメン パリパリサラダ・揚げ餃子 杏仁フルーツ・牛乳	中華風おこわ おにぎり 麦茶	487	13.4	10.4	2.6	なると 昆布茶・餃子 チャーシュー・牛乳	冷凍ラーメン・醤油ラーメンスープ ポテトチップス・杏仁豆腐 精白米・もち米・ビスケット	味付きメンマ・ほうれん草 キャベツ・きゅうり 人参・黄桃缶・椎茸・筍

* 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



2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	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	金	クッキー	お誕生会・節分・鬼さんごはん コロコロサラダ ぶどうゼリー・カルピスウォーター	ロールケーキ 牛乳	499	16.9	177	2.1	卵・チャーシュー 鶏肉・厚焼玉子・チーズ のり・ハム・牛乳	クッキー・精白米・チャーハンの素 青じそドレッシング・ぶどうゼリー カルピス・ロールケーキ	長ネギ 大根・人参 コーン・きゅうり
2	土	りんご	豚肉とキャベツの味噌炒め いんげんの胡麻和え・がんも煮 ごはん・すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	531	16.3	11.7	1.5	豚肉 がんも・わかめ 牛乳	ごま・片栗粉 精白米 星型せんべい	りんご・キャベツ・玉ねぎ いんげん・もやし にんじん・長ネギ
3	日										
4	月	ウエハース	ハムカツ・キャベツサラダ オムレツ・ごはん コンソメスープ・牛乳	お麩の ラスク 麦茶	528	13.1	19.4	2.3	ハムカツ オムレツ 牛乳・バター	ウエハース 青じそドレッシング 精白米・麩	キャベツ・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ミックスベジタブル
5	火	ソフトせんべい	わかめうどん・レンコンサラダ ソーセージ天ぷら プリン・牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	477	13.9	11.8	2.4	わかめ・かまぼこ ハム・魚肉ソーセージ 牛乳	ソフトせんべい・うどん ごまクリーミードレッシング プリンの素・精白米	玉ねぎ・レンコン 水菜・人参 コーン・ゆかり粉
6	水	白い風船	ハヤシライス フレンチサラダ・ミートボール グレープフルーツ・牛乳	ツナサンドパン 麦茶	645	18.1	29.5	2.7	豚肉 ミートボール 牛乳・ツナ	白い風船・精白米・ハヤシフレーク 白ドレッシング ロールパン・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・コーン グレープフルーツ・きゅうり
7	木	ビスケット	白身魚フライ・白菜昆布茶和え 里芋そばろあんかけ・菜飯ごはん 味噌汁・牛乳	あずきクリーム クラッカー 麦茶	455	12.8	12.1	2.1	白身魚フライ・昆布茶 鶏肉・油揚げ 牛乳・あずき	ビスケット・里芋 精白米 クラッカー・ホイップ	白菜・人参 水菜・菜飯の素 キャベツ
8	金	アセロラゼリー	酢鶏・春雨サラダ エビシューマイ・ごはん たまごスープ・牛乳	野菜入りホット ケーキ 麦茶	529	18.6	20.5	1.8	鶏肉・ハム エビ焼売・卵・わかめ 牛乳・チーズ	アセロラゼリー・片栗粉・酢豚の素 春雨・和風ドレッシング 精白米・ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参 ピーマン・きゅうり・コーン 長ネギ・ほうれん草
9	土	オレンジ	ポーキング・ツナサラダ ウインナー・ごはん ポトフ・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	585	20.4	15.4	2.3	豚肉・大豆 ツナ・ウインナー 牛乳	イタリアンドレッシング 精白米・じゃが芋 ソフトせんべい	オレンジ・玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・キャベツ・黄ピーマン ブロッコリー・人参
10	日										
11	月		建国記念日								
12	火	チーズかまぼこ	チキンカツ煮・ゆかり和え 金時豆・ごはん 味噌汁・牛乳	クッキング プリン アラモード 麦茶	454	11.5	7.1	1.4	チキンカツ・卵 金時豆 牛乳・チーズかまぼこ	精白米 里芋 プリン・ホイップ	玉ねぎ・白菜・きゅうり 人参・ゆかり粉・キヌサヤ パイン缶・みかん缶・黄桃缶
13	水	ヨーグルト	鮭のマヨネーズ焼き・なめ茸和え さつま芋の甘煮・のり佃煮ごはん 田舎汁・牛乳	黒蜜きな粉蒸 しパン 麦茶	468	12.3	10.7	1.9	ヨーグルト・鮭・のり佃煮 鶏肉 牛乳・きな粉	マヨネーズ・さつま芋 精白米 蒸しパンミックス・黒蜜	キャベツ 人参・なめ茸 大根・ごぼう
14	木	白い風船	ジャムパン ほうれん草のサラダ・ササミカツ クリームシチュー・麦茶	星型せんべい 牛乳	490	17.5	12.1	2.7	ササミカツ 鶏肉 牛乳	リンゴジャム・和風ドレッシング じゃが芋・クリームシチューの素 星型せんべい・白い風船	ほうれん草・人参 コーン・玉ねぎ ブロッコリー
15	金	オレンジ	焼きそば・大根のおかか和え かにかま卵ロール わかめスープ・牛乳	五目おこわお にぎり 麦茶	452	13.4	10.5	3.1	豚肉・かにかま卵ロール かつお節・わかめ 牛乳・鶏肉	焼きそば麺 焼きそばソース ごま油・精白米・もち米	オレンジ・キャベツ・人参・ニラ もやし・大根・人参 長ネギ・筍・椎茸・ごぼう
16	土	バナナ	ぼんだ組懇談会・モロの竜田揚げ ブロッコリーサラダ・栄養金平 ごはん・味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	496	14.6	12.1	2.7	モロ・豚肉 茎ワカメ・さつま揚げ 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング ごま油・精白米 じゃが芋・ビスケット	バナナ・ブロッコリー・人参 コーン・ごぼう 椎茸・玉ねぎ
17	日										
18	月	星型せんべい	チンジャオロース・ナムル カニシューマイ・ごはん 中華スープ・牛乳	のり塩ポテト 麦茶	486	15.6	18	1.6	豚肉 カニシューマイ 牛乳・青のり	チンジャオロースの素 星型せんべい・ごま油・精白米 クリンクルカットポテト	玉ねぎ・筍・ピーマン もやし・ほうれん草・人参 味噌メンマ・チンゲン菜
19	火	クッキー	豆腐入り松風焼き・胡麻ドレ和え 切り昆布煮・ごはん すまし汁・牛乳	原宿ドック (チーズ) 麦茶	454	15.7	14.1	1.9	鶏肉・豆腐 卵・昆布 油揚げ・牛乳	クッキー・パン粉 ごまクリーミードレッシング 精白米・原宿ドック(チーズ)	玉ねぎ・キャベツ 人参・きゅうり キヌサヤ・もやし
20	水	プリン	りす組リクエスト給食・ミニコロッケ 納豆サラダ・かぼちゃのいとこ煮 ごはん・味噌汁・りんごジュース	ジャムパン 麦茶	618	12.5	11.2	2.8	ミニコロッケ わかめ・納豆 あずき	プリン・青じそドレッシング りんごジュース 食パン・イチゴジャム	大根・人参 かぼちゃ・白菜 しめじ・小ネギ
21	木	オレンジ	鯖のカレー焼・もやしサラダ 揚げ里芋・ごはん なめこ汁・牛乳	マシュマロフ レーク 麦茶	502	13.9	8.7	1.9	さば ハム 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング カレー粉・里芋・精白米 マシュマロ・コーンフレーク	オレンジ・もやし・インゲン 人参・黄ピーマン なめこ・長ネギ
22	金	ウエハース	ミートソーススパゲティ 野菜のコンソメ煮・チキンナゲット フルーツヨーグルト・麦茶	ツナと昆布の おにぎり 牛乳	616	20.1	13.9	2.8	ミートソース・豚肉 チキンナゲット・ヨーグルト 牛乳・ふじっこ・ツナ	ウエハース・スパゲティ デミソース 精白米	玉ねぎ・キャベツ 人参・ブロッコリー みかん缶
23	土	グレープフルーツ	鶏のみぞれ煮・お浸し 竹輪の磯部揚げ・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	452	12.3	6.2	1.7	鶏肉 竹輪・青のり 牛乳	片栗粉 精白米・じゃが芋 ソフトせんべい	大根おろし・小松菜 白菜・人参 玉ねぎ・グレープフルーツ
24	日										
25	月	クラッカー チーズ	かぼちゃコロッケ・花野菜サラダ ひじき煮・ごはん 豚汁・牛乳	バウムクーヘン 野菜ジュース	548	13.3	15.3	1.8	チーズ・かぼちゃコロッケ ひじき・さつま揚げ 大豆・豚肉・牛乳	クラッカー・和風ドレッシング 精白米・バウムクーヘン 野菜ジュース	カリフラワー・ブロッコリー 人参・コーン 大根・ごぼう
26	火	コーン フレーク	フルーツサンド・イタリアンサラダ マカロニグラタン トマトスープ・牛乳	きつねおにぎり 麦茶	539	12.6	19.3	2.5	ベーコン 粉チーズ・ウインナー 牛乳・味付いなり	ロールパン・ホイップ・マカロニ イタリアンドレッシング・ホワイトソース 牛乳・精白米・コーンフレーク	フルーツカクテル缶・キャベツ きゅうり・人参・黄ピーマン ほうれん草・玉ねぎ・トマト缶
27	水	ソフトせんべい	根菜カレー・福神漬け シーザーサラダ・ハッシュドポテト バナナ・牛乳	あんぱん 麦茶	632	14.9	23.3	2	鶏肉 チーズ 牛乳	精白米・バーモントフレーク ソフトせんべい・シーザードレッシング ハッシュドポテト・あんぱん	玉ねぎ・人参・レンコン 大根・ごぼう・ブロッコリー 黄ピーマン・バナナ
28	木	ビスケット	醤油ラーメン バリバリサラダ・揚げ餃子 杏仁フルーツ・牛乳	中華風おこわ おにぎり 麦茶	457	11.4	8.4	2.4	なると 昆布茶・餃子 チャーシュー・牛乳	冷凍ラーメン・醤油ラーメンスープ ポテトチップス・杏仁豆腐 精白米・もち米・ビスケット	味噌メンマ・ほうれん草 キャベツ・きゅうり 人参・黄桃缶・椎茸・筍

*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