



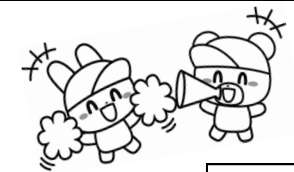


	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、煮浸し、みそ汁	そばろあんかけ丼、すまし汁、梨	ホワイトロール、野菜スープ、さつまいもサラダ、オレンジ	ごはん、ホキの照り焼き、高野豆腐の含め煮、みそ汁	かやくうどん、もやしと豆苗の和え物、バナナ	ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、パイナップル
午後	牛乳、ソーセージ	牛乳、サブレ	牛乳、菓子	牛乳、ココアクリームサンド	牛乳、しそわかめおにぎり	牛乳、シリアル
	9	10	11	12	13	14
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、五色和え、すまし汁	なすとベーコンのナポリタン、スープ、オレンジ	ロールパン、豆苗とウインナーのコンソメスープ、ポテマカサラダ、梨	ごはん、鮭の塩焼き、五目煮、みそ汁	みそ豚丼、すまし汁、パイナップル	ごはん、鶏じゃが、みそ汁、オレンジ
午後	牛乳、チーズマドレーヌ	牛乳、じゃこトースト	牛乳、のりおにぎり	牛乳、フライドポテト	牛乳、シリアル	牛乳、菓子
	16 敬老の日	17	18	19	20	21
昼食		ごはん、メルルーサのタルタル焼き、切り干し大根とひじき煮、みそ汁	ハヤシライス、スープ、ヨーグルト	ごはん、赤魚の照り焼き、さつまいものそばろあんかけ、すまし汁	ごはん、鶏肉の塩煮、小松菜のじゃこ和え、みそ汁	中華丼、スープ、バナナ
午後		牛乳、さつまいもクッキー	牛乳、あんこケーキ	牛乳、シュガーパン	牛乳、麩のラスク	牛乳、さつまいものバター焼き
	23 振替休日	24	25	26	27	28
昼食		ごはん、ホキのお好み焼き風、ほうれん草のお浸し、みそ汁	キャロットロール、ひじきたっぷり鶏肉のハンバーグ、春雨サラダ、スープ	みそラーメン、ぎゅうりとワカメの酢の物、オレンジ	ごはん、鮭の照り焼き、もやしとにらの和え物、すまし汁	運動会（0～2歳児）
午後		牛乳、クッキー	牛乳、塩おむすび	牛乳、ジャムサンド	牛乳、きな粉ケーキ	牛乳、菓子
	30	<p>*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。                  *0歳児の離乳食（9～11ヶ月頃）は別に作成しています。                  &lt;さくらんぼぐみ&gt;                  7日と13日のおやつは菓子を食べます。</p>				
昼食	ごはん、ホキの煮付け、チンゲン菜のナムル、みそ汁	 				
午後	牛乳、シュガートースト					

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	2		3		4		5		6		7	
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、煮浸し、みそ汁		そばろあんかけ丼、すまし汁、梨		ホワイトロール、カレースープ、さつまいもサラダ、オレンジ		ごはん、ホキの照り焼き、高野豆腐の含め煮、みそ汁		かやくうどん、もやしと豆苗の和え物、バナナ		ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、パイナップル	
午後	牛乳、フランクフルト		牛乳、サブレ		牛乳、菓子		牛乳、チョコクリームサンド		牛乳、しそわかめおにぎり		牛乳、チョコシリアル	
	9		10		11		12		13		14	
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、五色和え、すまし汁		なすとベーコンのナポリタン、スープ、オレンジ		ロールパン、豆苗とウインナーのコンソメスープ、ポテマカサラダ、梨		ごはん、さばの塩焼き、五目豆、みそ汁		みそ豚丼、すまし汁、パイナップル		ごはん、鶏じゃが、みそ汁、オレンジ	
午後	牛乳、チーズマドレーヌ		牛乳、じゃこラスク		牛乳、こんぶおにぎり		牛乳、フライドポテト		牛乳、シリアル		牛乳、菓子、小魚	
	16	敬老の日	17		18		19		20		21	
昼食			ごはん、メルルーサのタルタル焼き、切り干し大根とひじき煮、みそ汁		ハヤシライス、スープ、ヨーグルト		ごはん、赤魚の照り焼き、さつまいものそばろあんかけ、すまし汁		ごはん、鶏肉の塩焼き、小松菜のじゃこ和え、みそ汁		中華丼、スープ、バナナ	
午後			牛乳、さつまいもクッキー		牛乳、あんこケーキ		牛乳、シュガーパン		牛乳、麩のラスク		牛乳、さつまいものバター焼き	
	23	振替休日	24		25		26		27		28	
昼食			ごはん、ホキのお好み焼き風、ほうれん草のお浸し、みそ汁		キャロットロール、ひじきたっぷり鶏肉のハンバーグ、春雨サラダ、スープ		みそラーメン、ぎゅうりとワカメの酢の物、オレンジ		ごはん、鮭の照り焼き、もやしとにらの和え物、すまし汁		運動会 (0~2歳児)	
午後			牛乳、チョコチップクッキー		お茶、塩おむすび		牛乳、ジャムサンド		牛乳、きな粉ケーキ		牛乳、菓子	
	30		<p>*エネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。                  *昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。                  毎月おやつに、お米の種類を変えて塩おむすびを入れています                  &lt;みかんぐみ&gt;                  5日のおやつはココアクリームサンド、10日のおやつはじゃこトースト、                  24日のおやつはクッキー、30日のおやつはシュガートーストを食べます。                  &lt;みかん・めろんぐみ&gt;                  2日のおやつはソーセージを食べます。</p>									
昼食	ごはん、さわらの煮付け、チンゲン菜のナムル、みそ汁											
午後	牛乳、ココロラスク											



1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質
	543kcal	22.3g	17.9g