

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日					
午前							4	牛乳、ビスケット	5	牛乳、ボーロ	6	牛乳、ウエハース				
昼食							飯、ツナビーンズカレー、 なます、 フルーツミックス				飯、豆腐すまし汁、 鶏肉のマーマレード煮、 はるさめサラダ、りんご				飯、 ひじき丼、 里芋とあげのみそ汁	
午後							牛乳、マカロニあべ川				牛乳、栗きんとん				牛乳、バナナ、クッキー	
午前	8	成人の日	9	牛乳、ビスケット	10	牛乳、 コーンフレーク	11	牛乳、クラッカー	鏡 開 き	12	牛乳、ボーロ	13	牛乳、ウエハース			
昼食			飯、豆乳シチュー、 ブロッコリーサラダ、 バナナ		飯、 わかめとたまねぎのスープ、 松風焼き、かぼちゃサラダ		飯、団子汁、 白菜の塩昆布あえ、バナナ			飯、豚レバーとじゃがいもの ケチャップからめ、 かぶのそぼろ煮、みかん		飯、麻婆丼、 はくさいとにんじんの中華スープ				
午後			牛乳、七草かゆ		牛乳、じゃがいものガレット		牛乳、小倉煮			牛乳、パイナップルケーキ		牛乳、ゆかりおにぎり				
午前	15	牛乳、クラッカー	16	牛乳、ボーロ	17	牛乳、みかん缶	18	牛乳、ウエハース	食 育 の 日	19	牛乳、ビスケット	二十 日 正 月	20	牛乳、せんべい		
昼食	飯、鶏ごぼう丼、 ほうれんそうサラダ、バナナ		飯、キャベツすまし汁、 魚のみそ漬け焼き、 もやしのナムル		飯、ふとえのきたけのみそ汁、 貝だくさんオープン焼き、 白菜の菜焼き		飯、いわしのつみれ汁、 納豆和え、みかん			飯、わかめスープ、 なすとパンネのミートグラタン ピクルス			飯、 豆腐の柔らか煮、 かぼちゃのみそ汁			
午後	牛乳、ヨーグルト、 ビスケット		牛乳、おからドーナツ		牛乳、ふかし芋		牛乳、フレーククッキー			牛乳、麦飯おにぎり			牛乳、ホットケーキ			
午前	22	牛乳、ボーロ	23	牛乳、もも缶	24	牛乳、クラッカー	25	牛乳、ビスケット	26	牛乳、ウエハース	27	牛乳、クラッカー				
昼食	飯、 中華丼、 白和え、バナナ		飯、大根とあげのみそ汁、 魚のタンドリー風、 じゃがいもの青のり炒め		飯、豆腐の中華スープ、 ホイコーロー、 春雨酢の物、バナナ		飯、さつま芋のみそ汁、 チキンカツ、 大根の中華風サラダ		飯、 玉ねぎとえのきのみそ汁、 肉豆腐、カレービーフン炒め		飯、 鶏じゃが、 キャベツのみそ汁					
午後	牛乳、あったかミニうどん		牛乳、スイートポテト		牛乳、煮豆		牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、きな粉蒸しパン		牛乳、オレンジ、クッキー					
午前	29	牛乳、ビスケット	30	牛乳、ウエハース	31	牛乳、ボーロ					【1か月平均栄養素量】 《未満児（主食込み）》 エネルギー 464kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 14.6 g 《以上児（主食なし）》 エネルギー 387kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 16.4 g					
昼食	飯、ハヤシライス、 かぶとひじきのサラダ、みかん		飯、青菜のみそ汁、 米粉ムニエル、 れんこん金平、りんご		飯、里芋のみそ汁、 豚肉と豆腐のチャンプルー、 キャベツの中華風サラダ											
午後	牛乳、豆乳ココアプリン		牛乳、セサミクッキー		牛乳、菓子パン											

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります