

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日											
午前	******						******						【1か月平均栄養素量】		1 牛乳、せんべい							
昼食													《未満児（主食込み）》 エネルギー 466 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 14.9 g				《以上児（主食なし）》 エネルギー 391 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 16.8 g				飯、鶏ごぼう丼、 じゃがいものみそ汁	
午後													牛乳、おかかおにぎり									
午前	3	牛乳、ウエハース	4	牛乳、ボーロ	5	牛乳、クラッカー	6	牛乳、ビスケット	7	牛乳、コーンフレーク	8	牛乳、せんべい										
昼食	飯、デミそばろのつけ丼、 もやしと青菜のナムル、 ネーブル		飯、 にんじんと玉ねぎのすまし汁、 魚のみそ漬け焼き、 納豆和え、バナナ		飯、豆腐とえのきのみそ汁、 鶏肉の照り焼き、 かぼちゃサラダ		飯、さつま芋のみそ汁、 ムニエルトマトソース、 キャベツのおかか和え		飯、豆腐の柔らか煮、 ビーフン炒め、ネーブル		飯、なべしぎ焼き、 中華春雨スープ											
午後	牛乳、もものケーキ		牛乳、豆乳ココアプリン		牛乳、手作りミニグラタン		牛乳、きな粉ちんすこう		牛乳、フライドポテト		牛乳、バナナ、ビスケット											
午前	10	牛乳、ボーロ	11	牛乳、ウエハース	12	牛乳、せんべい	13	牛乳、コーンフレーク	14	牛乳、クラッカー	15	牛乳、ビスケット										
昼食	飯、ポークカレー、 大根の和風サラダ、ネーブル		飯、けんちん汁、 鶏レバー甘辛煮、バナナ		飯、ふみそ汁、 春雨入り炒り豆腐、菜の花和え		飯、もやしの中華スープ、 魚のタンドリー風、 炒めなます、バナナ		飯、えのきみそ汁、 鶏肉の唐揚げ、 白菜のじゃこ和え		飯、高野豆腐の炒め煮、 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁											
午後	牛乳、マカロニ二黒みつけ		牛乳、五平餅		牛乳、 手づくりプレーンクッキー		牛乳、シナモントースト		牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、 かりんとう		牛乳、ホットケーキ											
午前	17	牛乳、ウエハース	18	牛乳、ボーロ	19	牛乳、ビスケット	20	春分の日	21	牛乳、もも缶	22	牛乳、せんべい										
昼食	飯、ひじき丼、 カリフラワーの酢味噌和え、 バナナ		飯、じゃがいものスープ、 魚のマヨネーズ焼き、 小松菜の菜焼き		飯、ビーフカレーライス、 ピクルス、ネーブル		******		飯、わかめのみそ汁、 中華炒め、里芋のおかか煮		飯、ツナと豆腐の和風煮、 大根のみそ汁											
午後	牛乳、きなこぼたもち風		牛乳、バナナケーキ		牛乳、煮豆				牛乳、もちもちチーズパン		牛乳、ネーブル、クッキー											
午前	24	牛乳、クラッカー	25	牛乳、ボーロ	26	牛乳、ウエハース	27	牛乳、コーンフレーク	28	牛乳、せんべい	29	牛乳、ビスケット										
昼食	飯、豆乳シチュー、 ほうれんそうの磯和え、 バナナ		飯、かぼちゃのみそ汁、 煮魚、フレンチスパサラ		飯、団子汁、もやし炒め、 バナナ		飯、豆腐のみそ汁、 具たくさんオープン焼き、 小松菜のごま和え		飯、ふとえのきのすまし汁、 豚肉の生姜焼き、 ブロッコリーサラダ		飯、カレー鶏じゃが、 野菜スープ											
午後	牛乳、レーズンのスコーン		牛乳、いしがき饅頭		牛乳、みかんゼリー、 カルシウム強化せんべい		牛乳、人参ケーキ		牛乳、菓子パン		牛乳、わかめおにぎり											
午前	31	牛乳、ボーロ	******																			
昼食	飯、麻婆丼、 キャベツの中華和え、バナナ																					
午後	牛乳、麩のラスク																					

※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