

日付	10時 おやつ (乳児)	献立	材料名			(Oは午後おやつ)	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1人1食あたり)
1月	ビスケット	ごはん、小松菜チキンバーグ、 ひじきの炒り煮、くだもの	米、熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	しょうゆ、和風だしの素、中華だしの素、食塩	牛乳 カステラ	575.0(427.6) 23.0(17.5) 17.3(13.3) 1.4(1.1)
2火	せんべい	ごはん、魚のきのこあんかけ、 ほうれんそうのおかかあえ、 くだもの	米、O米、片栗粉、油、 砂糖、こま油、砂糖、 ◎しょうゆせんべい	O牛乳、かれい、O鶏む き肉、かつお節	O牛乳、もやし、ほう れんそう、にんじん、た まねぎ、しめじ、えのき だけ、ピーマン、Oあお のり	しょうゆ、Oしょうゆ、 O酒、中華だしの素	牛乳 おにぎり (とりそば ろ)	579.9(476.1) 25.1(20.2) 14.5(11.5) 1.3(1.1)
3水	ビスケット	ごはん、柳川魚煮、コーンサラダ、 くだもの	Oじゃがいも、米、O 油、油、砂糖、◎ビス ケット	O牛乳、卵、豚肉(肩)、 凍り豆腐	バナナ、キャベツ、たま ねぎ、コーン(冷凍)、 にんじん、ほうれんそ う、ごぼう、きゅうり	しょうゆ、酢、酒、和風 だしの素、O食塩	牛乳 フライドポテ ト	527.7(436.6) 19.3(15.6) 19.0(15.4) 1.3(1.0)
4木 カミカミ メニュー	せんべい	ごはん、鶏肉のコーンフ레이크揚げ、 変わりきんぴら、くだもの	米、Oお好み焼きき、し らたき、コーンフレー ク、小麦粉、油、パン 粉、O油、砂糖、こま 油、こま、◎しょうゆ せんべい	O牛乳、鶏むね肉、豚肉 (もも)、O豚ひき肉、O チーズ、Oかつお節	キウイフルーツ(糖)、 Oキャベツ、にんじん、 Oれんこん、いんげん、 切り干しだいこん、Oあ おのり	O中濃ソース、ケチャッ プ、しょうゆ、みりん、 おろししょうが、食塩	牛乳 ジャキシャキ お好み焼き	602.8(492.4) 29.4(23.6) 17.1(13.6) 2.0(1.6)
5金	ビスケット	ロールパン、牛乳、ナポリタン、 グリーンサラダ、くだもの	O(給)プリン(豆乳クリ ーム入り)、ロールパ ン、スバゲティ、油、砂 糖、こま、◎ビスケッ ト、Oしょうゆせんべい	牛乳、(給)無塩せき ホークスケンズワイン ナー、チーズ、粉チーズ	バナナ、レタス、たまね ぎ、ホールトマト、ト マト、ピーマン、にん じん、きゅうり、O(給)カ ミカミ昆布、エリンギ	ケチャップ、酢、しょう ゆ	(給)プリン(豆乳 クリーム入り) (給)カミカミ昆布 (未提供せんべい)	576.0(486.8) 21.5(16.6) 22.0(17.4) 2.6(1.8)
6土	せんべい	ごはん、ひき肉カレー、 ブロッコリーサラダ、くだもの	米、じゃがいも、Oし ょうゆせんべい、油、こ ま、◎しょうゆせんべい	O牛乳、鶏ひき肉	ブロッコリー、オレンジ ジ、たまねぎ、にんじ ん、コーン(冷凍)	S&Bアレルゲンフリー カレーフ레이크、酢、 しょうゆ	牛乳 せんべい	553.5(433.0) 18.5(14.5) 17.5(13.8) 1.9(1.5)
8月	せんべい	ごはん、煮魚、ジャーマンポテト、 くだもの	米、じゃがいも、O (給)原宿ドックミニ (チーズCa)、砂糖、 油、◎しょうゆせんべい	O牛乳、かじき、(給) 無塩せきシラダーペー コン、ゆで大豆	バナナ、たまねぎ、ピー マン、にんじん、しいた け、しょうが	しょうゆ、酒、みりん、 和風だしの素、食塩、こ しょう	牛乳 (給)原宿 ドック(チー ズCa)	557.8(483.3) 24.0(20.0) 17.7(15.4) 1.2(1.0)
9火	ビスケット	かきあげうどん、ちぐさあえ、 くだもの	ゆでうどん、O米、油、 はるさめ、砂糖、Oこ ま、こま、◎ビスケット	O牛乳、Oさけ	オレンジ、(給)4種の 国産野菜かき揚げ、も やし、ほうれんそう、き ゅうり、ねぎ、にんじん、 カットわかめ	しょうゆ、酢、和風だし の素	牛乳 おにぎり (紐ゴマ)	586.8(519.9) 15.9(13.1) 24.7(23.5) 2.3(1.9)
10水 行事食	せんべい	わかめごはん、牛乳、ハンバーグ、 コンソメスープ、和風パスタサラダ、 くだもの	米、マカロニ・スバゲ ティ、パン粉、油、こま 油、砂糖、◎しょうゆ せんべい	牛乳、豚ひき肉、ツナ油 漬布	塩煮メロン、たまねぎ、 にんじん、Oみかん缶、 キャベツ、きゅうり、 コーン(冷凍)、えのき だけ	中濃ソース、ケチャッ プ、しょうゆ、酢、食 塩、洋風だしの素、こ しょう	ゼリーボンチ	576.0(468.6) 24.3(19.6) 20.2(16.0) 1.7(1.2)
11木	ビスケット	ごはん、マーボー豆腐、 チンゲンサイの骨太あえ、くだもの	米、O食パン、油、O マーガリン、砂糖、こ ま、◎ビスケット	O牛乳、木綿豆腐、豚ひ き肉、ゆで大豆、油揚げ け、しらす干し	チンゲンサイ、キウイフ ruit(糖)、にんじん、 ねぎ、たけのこ(ゆ で)、にら、しいたけ、 Oいちごジャム	マーボー豆腐の素(レト ルトパウチ)、しょうゆ	牛乳 ジャムサンド	546.8(422.4) 22.5(17.3) 19.6(15.1) 1.6(1.2)
12金	せんべい	ごはん、カレー肉じゃが、 ブロッコリーの白和え風、くだもの	じゃがいも、米、O (給)お米deバナナのス ティックケーキ、しらた き、マヨドレ、こま、 油、◎しょうゆせんべい	Oソファール元乳ヨーグル ト、豚肉(肩ロース)、 カッテージチーズ、いわ し(煮干し)	グレープフルーツ、ブ ロッコリー、たまねぎ、 にんじん、コーン(冷 凍)、いんげん	しょうゆ、みりん、和風 だしの素、カレー粉、食 塩	ヨーグルト (給)お米deバ ナナのスティッ クケーキ	549.1(471.6) 18.9(15.5) 18.5(15.3) 1.3(1.1)
13土	せんべい	豚丼、ツナあえ、くだもの	米、Oしょうゆせんべ い、マヨドレ、油、こ ま、◎しょうゆせんべい	O牛乳、豚肉(肩ロー ス)、ツナ油漬布	チンゲンサイ、たまね ぎ、オレンジ、ねぎ、 にんじん、カットわかめ、 にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん	牛乳 せんべい	538.6(407.7) 19.3(14.4) 20.6(15.3) 1.2(0.9)
15月	ビスケット	ごはん、中華風卵焼き、 小松菜の納豆あえ、くだもの	米、Oしょうゆせんべ い、油、砂糖、片栗粉、 はるさめ、こま油、◎ビ スケット	O牛乳、卵、ツナ油漬 布、納豆、O(給)いも はんのバリッショ、しら す干し	バナナ、こまつな、にん じん、たまねぎ、しいた け、プリンビーズ(冷 凍)	しょうゆ、酒、中華だし の素	牛乳 (給)いもけんぴ バリッショ(以上 児)せんべい	520.0(418.1) 21.6(16.6) 18.7(14.7) 1.6(1.2)
16火	せんべい	ごはん、タンドリーチキン、 五目あえ、くだもの	米、Oホットケーキ粉、 Oりんごジャム、砂糖、 マヨドレ、こま、◎し ょうゆせんべい	O牛乳、鶏むね肉(皮 付)、油揚げ	バナナ、もやし、ほうれ んそう、たまねぎ、コー ン(冷凍)、にんじん、 にんにく、しょうが	しょうゆ、ケチャップ、 食塩、カレー粉	牛乳 蒸しパン (りんごジャム)	559.7(460.0) 26.0(20.9) 13.8(10.9) 1.3(1.1)
17水	ビスケット	ごはん、豚肉と春雨の中華炒め、 ブロッコリーとハムのサラダ、 くだもの	米、Oマカロニ、マヨド レ、はるさめ、O砂糖、 砂糖、こま油、◎ビス ケット	O牛乳、豚肉(肩ロー ス)、(給)無塩せきロー スハム、Oきな粉	ブロッコリー、オレンジ ジ、ほうれんそう、ピー マン、にんじん、コーン (冷凍)、黒きくらげ、 しょうが、にんにく	しょうゆ、みりん、O食 塩	牛乳 マカロニあべ がわ	533.4(441.2) 22.5(18.2) 19.0(15.4) 1.1(0.9)
18木	せんべい	焼きそば、飲むヨーグルト、 マヨこまあえ、くだもの缶	ゆで中華めん、O米、マ ヨドレ、油、砂糖、こ ま、Oこま油、◎し ょうゆせんべい	O牛乳、ジョア(ブレン ド)、豚肉(肩)、(給) 新すこやか焼き付糖、米 みそ(煮色半みそ)、O かつお節	バイン缶、キャベツ、 きゅうり、にんじん、た まねぎ、もやし、えのき だけ、いんげん、あおの り	中濃ソース、Oしょう ゆ、Oみりん、O和風だ しの素	牛乳 おかか焼きお にぎり	561.3(472.8) 22.3(18.7) 13.7(10.9) 1.9(1.5)
19金	ビスケット	ごはん、牛乳、 レバーのケチャップあえ、 大根ツナサラダ、くだもの	米、油、Oしょうゆせん べい、片栗粉、砂糖、こ ま油、◎ビスケット	牛乳、Oヨーグルト(加 糖)、豚レバー、ツナ油漬 布	グレープフルーツ、だい こん、きゅうり、もやし 、にんじん、しょうが	ケチャップ、しょうゆ、 中濃ソース、酒、酢	ヨーグルト せんべい	518.7(427.5) 23.7(19.5) 14.6(12.0) 1.6(1.3)
20土	せんべい	けんちんうどん、 ゆでブロッコリー、くだもの	ゆでうどん、Oしょうゆ せんべい、さいしも、板 こんにやく、マヨドレ、 油、こま、◎しょうゆ せんべい	O牛乳、鶏もも肉(皮付 き)	ブロッコリー、オレンジ ジ、はくさい、だいこ ん、にんじん、ごぼう	しょうゆ、めんつゆ・3 倍濃縮、和風だしの素	牛乳 せんべい	489.8(382.1) 21.9(17.2) 17.6(13.9) 1.9(1.5)
22月	せんべい	ごはん、牛乳、ささみカツ、 青菜のえのきあえ、くだもの	米、O(給)アセロラゼ リー(Fiber&Fe入 り)、Oビスケット、 油、小麦粉、パン粉、こ ま油、◎しょうゆせんべ い	牛乳、鶏ささ身、しらす 干し	バナナ、もやし、こまつ な、キャベツ、えのきだ け	中濃ソース、しょうゆ、 食塩、和風だしの素、こ しょう	〈給〉アセロ ラゼリー ビスケット	538.5(440.0) 24.1(19.2) 13.0(10.0) 1.3(1.1)
23火	ビスケット	ごはん、炒り豆腐、中華あえ、 くだもの	米、Oホットケーキ粉、 しらたき、砂糖、はるさ め、O油、油、こま油、 こま、◎ビスケット	O牛乳、木綿豆腐、卵、 鶏ひき肉、(給)無塩せ きロースハム	バナナ、ほうれんそう、に んじん、たまねぎ、たけ のこ(ゆで)、コーン(冷 凍)、きゅうり、プリン ビーズ(冷凍)、Oいちご ジャム、干しいたけ	しょうゆ、和風だしの 素、食塩	牛乳 ホットケーキ	579.6(478.1) 23.4(18.9) 17.6(14.3) 1.5(1.2)
24水	せんべい	ごはん、チンジャオロース、 かぼちゃの甘煮、くだもの	米、Oコーンフ레이크、 砂糖、油、片栗粉、◎ しょうゆせんべい	O牛乳、牛肉(もも)	かぼちゃ、バナナ、たけ のこ(ゆで)、にんじ ん、赤ピーマン、ピー マン、ねぎ	酒、しょうゆ、食塩	牛乳 コーンフレ ーク	528.9(435.4) 19.3(15.6) 13.4(10.6) 1.1(0.9)
25木	ビスケット	ごはん、さけのムニエルにソース、 沢煮椀、くだもの	米、O米、片栗粉、油、 砂糖、こま油、◎ビス ケット	O牛乳、さけ、豚肉(肩 ロース)、Oしらす干し	オレンジ、ほうれんそ う、にんじん、たけの こ(ゆで)、ごぼう、に ら、しいたけ	かつおだし汁、しょう ゆ、酢、食塩	牛乳 おにぎり (しらすわか め)	546.2(451.4) 25.9(20.9) 11.5(9.4) 1.6(1.3)
26金	せんべい	ごはん、チキンカレー、 ミモザサラダ、くだもの	米、じゃがいも、さつま いも、マヨドレ、O (給)Ca&鉄入りきらき らコーンのおほしさま、 油、◎しょうゆせんべい	O牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、卵、ゆで大豆	グレープフルーツ、たま ねぎ、レタス、にんじ ん、きゅうり、カットわ かめ	カレールー、こしょう	牛乳 (給)Ca&鉄き らきらコーン のおほしさま	572.8(475.1) 19.0(15.4) 25.2(20.2) 1.9(1.6)
27土	ビスケット	ごはん、ハヤシライス、 ブロッコリーサラダ、くだもの	米、Oしょうゆせんべ い、油、こま、◎ビス ケット	O牛乳、豚肉(肩)	ブロッコリー、たまね ぎ、オレンジ、ホー ルトマト缶詰、にんじん、 しめじ、グリーンビーズ (冷凍)	S&Bアレルゲンフリー ハヤシフ레이크、酢、 しょうゆ	牛乳 せんべい	570.9(465.9) 19.1(15.3) 19.5(16.2) 2.7(2.1)
29月	ビスケット	ごはん、鶏肉のマーマレード焼き、 ミネストローネ、くだもの	米、じゃがいも、Oビス ケット、マカロニ、油、 片栗粉、◎ビスケット	O牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、(給)無塩せき ホークスケンズワイン ナー、ゆで大豆	キウイフルーツ(糖)、 たまねぎ、キャベツ、 にんじん、トマトビュ レ、マッシュルーム缶、 マーマレード	しょうゆ、洋風だしの 素、食塩、こしょう	牛乳 ビスケット	552.5(443.8) 22.1(17.6) 20.0(16.0) 1.5(1.2)
30火	せんべい	ごはん、魚のごまフライ、 みかんサラダ、くだもの	米、Oロールパン、油、 小麦粉、パン粉、Oマヨ ドレ、砂糖、こま、◎ しょうゆせんべい	O牛乳、かじき、Oツナ 油漬布	グレープフルーツ、キャ ベツ、みかん缶、Oにん じん、きゅうり、にんじ ん、干しごぼう	しょうゆ、酢、みりん、 食塩	牛乳 ツナロールサ ンド	609.0(457.4) 22.4(16.5) 24.2(17.2) 1.3(1.0)

～～食材の調達や保育園の行事等の事情により、献立が変更になる場合があります。～～

6 手を洗おう

