

2025年11月 献立表 アップルナースリー検見川浜保育園

日付	献立名		食材名				栄養価	補食	栄養価
	昼食	おやつ (〇朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他			
1 土	ご飯 ツナと豆腐の旨煮 ほうれん草の和え物 すまし汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎お菓子	木綿豆腐、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、 りょくとうもやし、こまつな、バナナ	うるち米、かたくり粉、上白糖	パセリ、こいくちしょうゆ、本 みりん、かつお・昆布だし、 食塩、ハードビスケット、揚げ せんべい、飴カステラ	エネルギー 507kcal たんぱく質 17.1g 脂質 11.2g 炭水化物 88.8g 塩分 1.6g		
4 火	ご飯・納豆和え(愛知県豊田市) 厚焼玉子 じゃがいものケチャップ炒め ミルクスープ オレンジ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎仲良しクッキー(卵乳不使用)	挽きわり納豆、プロセス チーズ、卵、木綿豆腐、ツ ナ缶、ウインナーソーセー ジ、牛乳、スキムミルク、豆 乳	たまねぎ、ミックスベジタブル、にんじ ん、ネーブルオレンジ	うるち米、上白糖、じゃがい も、サラダ油、ホットケーキ ミックス	パセリ、こいくちしょうゆ、料 理酒、トマトケチャップ、鶏ガ ラ(粉末)、食塩、水、ハード ビスケット	エネルギー 655kcal たんぱく質 27.3g 脂質 22.8g 炭水化物 93.1g 塩分 1.6g	ツナおにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g
5 水	麦ごはん 鯉のマーレレード焼き キャベツのおかか和え みそ汁 柿	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎黒糖さつま芋ケーキ	さけ、鶏ささみ、かつお節、 木綿豆腐、牛乳、卵	オレンジマーレレード、キャベツ、に んじん、コーン缶、ほうれんそう、柿	うるち米、押麦、薄力粉、食 塩不使用バター、黒砂糖、 さつまいも、いりごま	こいくちしょうゆ、料理酒、か つお・昆布だし、米みそ、 ハードビスケット、ベーキング パウダー	エネルギー 538kcal たんぱく質 26.9g 脂質 14.3g 炭水化物 80.7g 塩分 1.6g	鶏そぼろおにぎり すまし汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.5g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
6 木	ご飯 鶏肉のおろしあんかけ ほうれん草のソテー みそ汁 りんご	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎ツナおにぎり	鶏もも肉、油揚げ、牛乳、ツ ナ缶	だいこん、こねぎ、ほうれんそう、りょ くとうもやし、にんじん、コーン缶、チ ンゲンサイ、たまねぎ、りんご	うるち米、かたくり粉、上白 糖、いりごま	本みりん、料理酒、こいくち しょうゆ、食塩、かつお・昆布 だし、米みそ、ハードビスケッ ト	エネルギー 636kcal たんぱく質 25.3g 脂質 15.8g 炭水化物 103.0g 塩分 1.6g	青菜おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
7 金	カレーライス ミモザサラダ トマト 中華スープ バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎ヤクルト ◎お菓子	豚もも肉、卵、牛乳、乳酸 菌飲料	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、 きゅうり、トマト、こまつな、長ねぎ、え のきたけ、バナナ	うるち米、じゃがいも、サラ ダ油	カレールウ、マヨネーズ、食 塩、鶏がらだし、ハードビス ケット、揚げせんべい、鉄ブ ラスウエハース	エネルギー 614kcal たんぱく質 20.2g 脂質 17.8g 炭水化物 99.8g 塩分 1.6g	わかめおにぎり すまし汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.8g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
8 土	ご飯 豚肉の煮物 チンゲン菜の和え物 みそ汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎お菓子	豚ひき肉、木綿豆腐、牛乳	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、 りょくとうもやし、ほうれんそう、バナ ナ	うるち米、じゃがいも、上白 糖	かつお・昆布だし、こいくち しょうゆ、本みりん、料理酒、 米みそ、ハードビスケット、揚 げせんべい、飴カステラ	エネルギー 573kcal たんぱく質 20.7g 脂質 16.6g 炭水化物 91.7g 塩分 1.6g		
10 月	ご飯 鶏肉のバーベキューソース ブロッコリーサラダ わかめスープ ブルーン	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎マカロニきな粉	鶏もも肉、木綿豆腐、牛 乳、きな粉	にんにく、ブロッコリー、にんじん、 コーン缶、わかめ、たまねぎ、ブルー ン	うるち米、上白糖、いりご ま、マカロニ	中濃ソース、トマトケチャッ プ、フレンチドレッシング、か つお・昆布だし、食塩、こいく ちしょうゆ、ハードビスケット	エネルギー 557kcal たんぱく質 24.4g 脂質 18.3g 炭水化物 80.2g 塩分 1.6g	鯉おにぎり すまし汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.6g 塩分 0.7g
11 火	ロールパン カレイのフリッター コールスローサラダ コーンスープ 柿	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎りんごジュース ◎クッキー	かれい、卵、牛乳、スキムミ ルク	キャベツ、きゅうり、にんじん、黄パ プリカ、たまねぎ、コーン缶、柿、りんご ジュース	ロールパン、薄力粉、サラ ダ油、食塩不使用バター、 上白糖	ベーキングパウダー、マヨ ネーズ、トマトケチャップ、フ レンチドレッシング、水、パセ リ、鶏ガラ(粉末)、食塩、 ハードビスケット	エネルギー 527kcal たんぱく質 18.5g 脂質 19.6g 炭水化物 73.3g 塩分 1.6g	ツナおにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g
12 水	野菜たっぷりマーボー丼 大根の中華風サラダ トマト 中華スープ オレンジ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎スイートポテト	豚ひき肉、木綿豆腐、牛乳	なす、長ねぎ、にんじん、しいたけ、 にら、にんにく、しょうが、だいこん、 きゅうり、わかめ、トマト、チンゲンサ イ、みずな、ぶなしめじ、ネーブルオ レンジ	うるち米、ごま油、かたくり 粉、上白糖、いりごま、さつ まいも、食塩不使用バター	米みそ、デンプンゼラン、こい くちしょうゆ、穀物酢、鶏がら だし、食塩、ハードビスケット	エネルギー 561kcal たんぱく質 20.3g 脂質 17.5g 炭水化物 87.9g 塩分 1.6g	鶏そぼろおにぎり すまし汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.5g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
13 木	ご飯 けいちゃん焼き 小松菜とさつま揚げの和風サラダ すまし汁 りんご	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎麦茶 ◎ごまおにぎり	鶏もも肉、さつま揚げ、牛乳	にんにく、キャベツ、たまねぎ、にんじ ん、青ピーマン、こまつな、りょくとうも やし、ほうれんそう、だいこん、えのき たけ、りんご	うるち米、サラダ油、いりご ま	こいくちしょうゆ、米みそ、本 みりん、食塩、穀物酢、かつ お・昆布だし、ハードビスケッ ト、麦茶	エネルギー 438kcal たんぱく質 15.3g 脂質 9.2g 炭水化物 77.2g 塩分 1.5g	青菜おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.8g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
14 金	麦ごはん 赤魚の胡麻照り焼き ひじき煮 みそ汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎ヤクルト ◎お菓子	赤魚、高野豆腐、大豆水煮 缶、木綿豆腐、牛乳、乳酸 菌飲料	干しひじき、にんじん、こまつな、たま ねぎ、バナナ	うるち米、押麦、ごま、上白 糖、ごま油	こいくちしょうゆ、本みりん、 料理酒、かつお・昆布だし、 米みそ、ハードビスケット、揚 げせんべい、飴カステラ	エネルギー 486kcal たんぱく質 19.2g 脂質 8.6g 炭水化物 86.9g 塩分 1.6g	わかめおにぎり すまし汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.8g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
15 土	ご飯 ツナと豆腐の旨煮 ほうれん草の和え物 すまし汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎お菓子	木綿豆腐、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、 りょくとうもやし、こまつな、バナナ	うるち米、かたくり粉、上白 糖	パセリ、こいくちしょうゆ、本 みりん、かつお・昆布だし、 食塩、ハードビスケット、揚げ せんべい、飴カステラ	エネルギー 509kcal たんぱく質 17.2g 脂質 11.2g 炭水化物 89.3g 塩分 1.6g		
17 月	納豆ご飯 豆腐の五目煮 小松菜の炒め物 みそ汁 オレンジ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎さつま芋の包み揚げ	糸引き納豆、木綿豆腐、豚 ひき肉、牛乳	だいこん、長ねぎ、りょくとうもやし、 にんじん、ぶなしめじ、こまつな、たま ねぎ、黄パプリカ、チンゲンサイ、 キャベツ、なめこ、ネーブルオレンジ	うるち米、かたくり粉、サラ ダ油、上白糖、さつまいも、 食塩不使用バター、いりご ま、春巻きの皮	こいくちしょうゆ、料理酒、食 塩、かつお・昆布だし、米み そ、ハードビスケット	エネルギー 583kcal たんぱく質 22.7g 脂質 18.9g 炭水化物 87.9g 塩分 1.6g	鯉おにぎり すまし汁	エネルギー 193kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 40.6g 塩分 0.7g
18 火	麦ごはん サバの味噌煮 きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 りんご	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎ごまクッキー	さば、鶏ささみ、木綿豆腐、 牛乳、卵	しょうが、わかめ、りょくとうもやし、 きゅうり、にんじん、ほうれんそう、り んご	うるち米、押麦、上白糖、薄 力粉、食塩不使用バター、 いりごま	米みそ、料理酒、本みりん、 こいくちしょうゆ、穀物酢、か つお・昆布だし、食塩、ハー ドビスケット	エネルギー 571kcal たんぱく質 25.1g 脂質 20.0g 炭水化物 80.7g 塩分 1.6g	ツナおにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g
19 水	ご飯 豚肉と野菜のケチャップ炒め コロコロサラダ 中華スープ オレンジ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎ぶどうゼリー	豚もも肉、大豆、牛乳	たまねぎ、ぶなしめじ、にんじん、青 ピーマン、黄パプリカ、にんにく、だい こん、コーン缶、きゅうり、チンゲンサ イ、はくさい、みずな、ネーブルオレン ジ、ぶどうジュース、てんぐさ	うるち米、サラダ油、上白糖	トマトケチャップ、中濃ソー ス、鶏ガラ(粉末)、食塩、フ レンチドレッシング、鶏がらだ し、ハードビスケット	エネルギー 516kcal たんぱく質 20.2g 脂質 13.5g 炭水化物 84.4g 塩分 1.6g	鶏そぼろおにぎり すまし汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.5g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
20 木	コーンクリームスバゲティ 三色サラダ トマト 卵スープ グレープフルーツ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎鯉おにぎり	鶏ひき肉、ウインナーソー セージ、牛乳、スキムミル ク、卵、さけ	たまねぎ、コーン缶、ブロッコリー、に んじん、黄パプリカ、トマト、こまつ な、長ねぎ、グレープフルーツ	スパゲッティ、サラダ油、か たくり粉、うるち米、いりごま	食塩、鶏ガラ(粉末)、パセ リ、フレンチドレッシング、か つお・昆布だし、こいくちしょ うゆ、ハードビスケット	エネルギー 640kcal たんぱく質 29.8g 脂質 17.9g 炭水化物 97.3g 塩分 1.6g	青菜おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
21 金	赤飯 松風焼き ほうれん草のしらす和え すまし汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎ヤクルト ◎お菓子	ささげ、鶏ひき肉、牛乳、 卵、しらす干し、乳酸菌飲 料	たまねぎ、長ねぎ、にんじん、ほうれ んそう、はくさい、きゅうり、こまつな、 バナナ	うるち米、もち米、いりごま、 パン粉、上白糖、釜焼き バナナ	米みそ、こいくちしょうゆ、か つお・昆布だし、食塩、ハー ドビスケット、揚げせんべい、 鉄ブラスウエハース	エネルギー 567kcal たんぱく質 20.4g 脂質 12.3g 炭水化物 98.6g 塩分 1.6g	わかめおにぎり すまし汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.8g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
22 土	ご飯 豚肉の煮物 チンゲン菜の和え物 みそ汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎お菓子	豚ひき肉、木綿豆腐、牛乳	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、 りょくとうもやし、ほうれんそう、バナ ナ	うるち米、じゃがいも、上白 糖	かつお・昆布だし、こいくち しょうゆ、本みりん、料理酒、 米みそ、ハードビスケット、揚 げせんべい、飴カステラ	エネルギー 573kcal たんぱく質 20.7g 脂質 16.6g 炭水化物 91.7g 塩分 1.6g		
25 火	ご飯 豚肉の八宝菜 里芋のサラダ みそ汁 ブルーン	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎ココアケーキ	豚もも肉、ツナ缶、牛乳、卵	はくさい、たまねぎ、りょくとうもやし、 チンゲンサイ、たけのこ、しいたけ、 にんじん、きゅうり、コーン缶、こまつ な、長ねぎ、えのきたけ、ブルー ン	うるち米、かたくり粉、ごま 油、上白糖、さといも、ホッ トケーキミックス、食塩不使用 バター	鶏ガラ(粉末)、こいくちしょう ゆ、料理酒、マヨネーズ、食 塩、かつお・昆布だし、米み そ、ハードビスケット、ビュ アココア	エネルギー 573kcal たんぱく質 20.6g 脂質 19.4g 炭水化物 85.8g 塩分 1.6g	ツナおにぎり みそ汁	エネルギー 199kcal たんぱく質 5.9g 脂質 1.0g 炭水化物 42.3g 塩分 0.9g
26 水	きのご飯 鯉のちゃんちゃん焼き 南瓜の甘露煮 すまし汁 りんご	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎麦茶 ◎フルーツヨーグルト	鶏ひき肉、油揚げ、さけ、木 綿豆腐、牛乳、プレーンヨー グルト、スキムミルク	まいたけ、えのきたけ、しいたけ、に んじん、キャベツ、たまねぎ、ぶなし めじ、かぼちゃ、ほうれんそう、りん ご、みかん缶、白桃缶、黄桃缶、バナ ナ	うるち米、上白糖、サラダ油	こいくちしょうゆ、料理酒、米 みそ、本みりん、かつお・昆 布だし、食塩、ハードビス ケット、麦茶	エネルギー 454kcal たんぱく質 22.7g 脂質 8.3g 炭水化物 78.2g 塩分 1.6g	鶏そぼろおにぎり すまし汁	エネルギー 200kcal たんぱく質 5.5g 脂質 1.8g 炭水化物 41.0g 塩分 0.8g
27 木	味噌ラーメン 鶏肉の照り焼き トマト オレンジ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎チーズと昆布のおにぎり	豚ひき肉、なると、鶏もも 肉、牛乳、プロセスチーズ	りょくとうもやし、キャベツ、たまねぎ、 チンゲンサイ、にんじん、コーン缶、ト マト、ネーブルオレンジ、塩昆布	中華めん、サラダ油、うるち 米、いりごま	米みそ、こいくちしょうゆ、鶏 ガラ(粉末)、食塩、本みり ん、料理酒、ハードビスケット	エネルギー 626kcal たんぱく質 29.2g 脂質 20.7g 炭水化物 87.4g 塩分 1.6g	青菜おにぎり みそ汁	エネルギー 192kcal たんぱく質 4.4g 脂質 0.9g 炭水化物 42.3g 塩分 0.8g
28 金	ご飯 さわら大根 ブロッコリーの胡麻和え みそ汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎ヤクルト ◎お菓子	さわら、焼き竹輪、木綿豆 腐、牛乳、乳酸菌飲料	だいこん、しょうが、ブロッコリー、に んじん、こまつな、たまねぎ、バナナ	うるち米、上白糖、すりごま	こいくちしょうゆ、料理酒、本 みりん、かつお・昆布だし、 米みそ、ハードビスケット、揚 げせんべい、飴カステラ	エネルギー 536kcal たんぱく質 19.8g 脂質 10.4g 炭水化物 95.2g 塩分 1.6g	わかめおにぎり すまし汁	エネルギー 182kcal たんぱく質 3.7g 脂質 0.8g 炭水化物 41.1g 塩分 0.9g
29 土	ご飯 ツナと豆腐の旨煮 ほうれん草の和え物 すまし汁 バナナ	○牛乳(午前おやつ) ○ビスケット(午前おやつ) ◎牛乳130 ◎お菓子	木綿豆腐、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、 りょくとうもやし、こまつな、バナナ	うるち米、かたくり粉、上白 糖	パセリ、こいくちしょうゆ、本 みりん、かつお・昆布だし、 食塩、ハードビスケット、揚げ せんべい、飴カステラ	エネルギー 507kcal たんぱく質 17.1g 脂質 11.2g 炭水化物 89.0g 塩分 1.6g		

※栄養価は3歳以上時の昼食・昼おやつ合計です

	幼児				乳児			
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
今月の給与量	554kcal	21.8g	15.3g	1.6g	490kcal	19.2g	15.1g	1.4g
給与目標量	535kcal	20.1g	14.9g	1.6g	500kcal	18.8g	13.9g	1.4g

2025年11月 離乳食献立表 アップルナースリー南行徳保育園

		前期	中期	後期・完了期
1・15・29	土	10倍粥、豆腐の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豆腐の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、ツナと豆腐の旨煮、 ほうれん草の和え物、すまし汁
4	火	10倍粥、豆腐の煮物、 じゃが芋煮、すまし汁	5倍粥、豆腐の煮物、 じゃが芋煮、すまし汁	軟飯、納豆和え、厚焼玉子、 じゃが芋のケチャップ炒め、ミルクスープ
5	水	10倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、みそ汁	軟飯、鮭のマーメレード焼き、 キャベツのおかか和え、みそ汁
6	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	軟飯、鶏肉のおろしあんかけ、 ほうれん草のソテー、みそ汁
7	金	10倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	カレーライス、ミモザサラダ、 トマト、中華スープ
8・22	土	10倍粥、豚肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、豚肉の煮物、 チンゲン菜の和え物、みそ汁
10	月	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉のバーベキューソース、 ブロッコリーサラダ、わかめスープ
11	火	10倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、すまし汁	ロールパン、カレイのフリッター、 コールスローサラダ、コーンスープ
12	水	10倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	野菜たっぷりマーボー豆腐、大根の 中華風サラダ、トマト、中華スープ
13	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、けいちゃん焼き、小松菜と さつま揚げの和風サラダ、すまし汁
14	金	10倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、みそ汁	麦ごはん、赤魚の胡麻照り焼き、 ひじき煮、みそ汁
17	月	10倍粥、豆腐の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豆腐の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	納豆ご飯、豆腐の五目煮、 小松菜の炒め物、みそ汁
18	火	10倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	麦ごはん、サバの味噌煮、 きゅうりとわかめの酢の物、すまし汁
19	水	10倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 大根煮、すまし汁	軟飯、豚肉と野菜のケチャップ炒め、 コロコロサラダ、中華スープ
20	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	コーンクリームスパゲティー、 三色サラダ、トマト、卵スープ
21	金	10倍粥、鶏肉の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	赤飯、松風焼き、 ほうれん草のしらす和え、すまし汁
25	月	10倍粥、豚肉の煮物、 野菜煮、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、 野菜煮、みそ汁	軟飯、豚肉の八宝菜、 里芋のサラダ、みそ汁
26	火	10倍粥、魚の煮付け、 南瓜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 南瓜煮、すまし汁	きのこご飯、鮭のちゃんちゃん焼き、 南瓜の甘煮、すまし汁
27	水	10倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、すまし汁	味噌ラーメン、鶏肉の照り焼き、 トマト
28	木	10倍粥、魚の煮付け、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	軟飯、さわら大根、 ブロッコリーの胡麻和え、みそ汁

* 食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

* 個人に合った食材・大きさに刻み提供します。

* 昼食は果物が付きます。

* アレルギーのある子には除去・代替食品を使用します。

卵→タンパク質(肉・魚・大豆等) 牛乳を含む献立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

