

## 東中川保育園 ||月 給食献立表



## 令和5年

日	₹ 1F3-	おおん	3(昼食·3時a	(かつ)	10時おやつ	1
/	献立名	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの		3時おやつ	栄 養 価
曜	TAT LA	****	牛乳、鶏もも肉、	本の調子を登えるもの	-	
	ご飯 キウイフルーツ	ま、ごま	かまぼこ、油揚	れんそう、だいこん、	牛乳100お菓子	エネルギー 5 5 kcal
	みそ汁(大根・あげ)		げ、米みそ	もやし、にんじん、生 わかめ、しょうが	牛乳130	たんぱく質 25.7 g
-	鶏肉の照焼			170 07, 02 70	マシュマロサンド	脂 質 16.2 9
$\overline{}$	ほうれん草ともやしの胡麻和え					食 塩 2.2 g
2	マーガリンサンド バナナ	*	•	バナナ、たまねぎ、	牛乳100 お菓子	エネルギー 458 kcal
$\overline{}$	野菜スープ	も、マーカリン、砂  糖、油	ベーコン、とろける チーズ	ホールトマト缶 詰、こまつな、もや	牛乳130	たんぱく質 <sub>19.0</sub> g
木	なすのミートソース焼き			し、キャベツ、にん	ふかしいも	脂 質 15.7 9
$\smile$	小松菜とベーコンのドレッシングあえ			じん、しめじ、なす		食 塩  .  9
4	五目ラーメン	生中華めん、、ご	牛乳、豚肉	オレンジ、もやし、	牛乳100 お菓子	エネルギー 322 kcal
	麦茶	ま油、砂糖、油		ブロッコリー、チン ゲンサイ、にんじ	牛乳130	・ たんぱく質 <sub>13.6</sub> g
土	ブロッコリーのサラダ			ん、ねぎ、コーン	お菓子	脂 質     .   9
	果物			缶、干ししいたけ		食 塩 2.2 g
6	ベーコンピラフ	米、小麦粉、マー	牛乳、ベーコン、	パイナップル、たま	牛乳100お菓子	エネルギー 720 kcal
_	  トマトと卵のスープ	ガリン、砂糖、油	卵、クリーム、ハ ム、チーズ、バター	ねぎ、キャベツ、トマ	牛乳130	, たんぱく質 <sub>19.5</sub> g
	チーズのサラダ		ム、ナース、ハター	ス、きゅうり、マッ	ブラウニー	脂 質 40 7 9
1.2	パイナップル			シュルーム缶	, , ,	食 塩 2.7 g
	鶏南蛮うどん オレンジ	ゆでうどん、フライ	牛乳、鶏もも肉、	オレンジ、たまね	   牛乳100 お菓子	エネルギー 49 kcal
	麦茶	ドポテト、砂糖、片	ベーコン、チーズ、	ぎ、ねぎ、にんじ	麦茶	
\rac{1}{\chi}	ジャーマンポテト	栗粉、油	きな粉	ん、しいたけ、パセ	久小   牛乳くずもち	
1	棒チーズ			,	T 76( ) 0 5	20.7
	のり佃煮ご飯柿	米 マヨネーズ 押	牛乳、さわら、チキ	まやし かき きゅ	牛乳100 お菓子	食 塩 2.6 g エネルギー 516 kcal
^	みそ汁(大根・小松菜)		ンナゲット、ハム、		牛乳100 お来り   牛乳130	4
-k	さわらのマヨネーズ焼き	ま油	米みそ	いこん、こまつな、		たんぱく質 <sub>24.4</sub> g
1				にんじん、ねぎ、の り佃煮、しょうが	デキンナケット 	脂 質 22.2 9
	もやしのナムル ロールパン バナナ	ロールパン、米、	牛乳、鶏もも肉、	バナナ、キャベツ、た	4到100 お苺マ	食 塩 2.4 g
'			調製豆乳、豚ひき	まねぎ、にんじん、	牛乳100お菓子	エネルギー 628 kcal
	クラムチャウダー	チドレッシング、ご	•	きゅうり、マーマレー ドジャム、コーン缶、ク	牛乳130	たんぱく質 31.8 g
本	鶏肉のマーマレード焼き	ま油	あさり水煮缶、 ベーコン、ハム、バ	リームコーン缶、ねぎ	チャーハン	脂 質 23.4 9
$\subseteq$	キャベツサラダ	V	ター	11/2 2+-+	4到100 b# 7	食 塩 2.7 g
10	ご飯りんご	米、マカロニ、砂 糖、パン粉	十孔、頬ひさ肉、 木綿豆腐、挽きわ	りんご、こまつな、 もやし、にんじん、	牛乳100 お菓子	エネルギー 570 kcal
$\widehat{}$	みそ汁(わかめ・油揚げ)		り納豆、油揚げ、	1	牛乳130	たんぱく質 <sub>27.9</sub> g
	豆腐の松風焼き		きな粉、米みそ	ひじき、しょうが	マカロニきな粉	脂 質  8.9 9
	小松菜の納豆あえ	N/ 19 - 19 - 1	4回 - both 上 no	+ + 10 ± 7 ; ;	1 51	食 塩  .9 9
11	焼豚とコーンのチャーハン	米、じゃがいも、マ ヨネーズ、油、ごま	:	たまねぎ、みかん 缶、きゅうり、コー	牛乳100お菓子	エネルギー 454 kcal
	中華スープ			ン缶、生わかめ、	牛乳130	たんぱく質 <sub>  4.7</sub> g
土	カレーサラダ			ピーマン	お菓子	脂 質 16.3 9
$\overline{}$	果物					食 塩 2.2 g
	ハヤシライス	米、小麦粉、グラニュー糖、油、砂	牛乳、豚肉、卵、 バター、ハム	たまねぎ、オレンジ、 キャベツ、チンゲンサ	牛乳100 お菓子	エネルギー 590 kcal
	チンゲンサイのスープ( <del>★</del> ラッキー)	糖	, ., ., .,	イ、にんじん、きゅう	牛乳130	たんぱく質 <sub>  9.9</sub> g
月	コールスローサラダ			り、マッシュルーム、り んご、干しぶどう、レ	マドレーヌ	脂 質 25.6 9
	オレンジ			モン果汁		食 塩 2.1 g
14	肉野菜ラーメン りんご		牛乳、豚肉、ハム、	<u> </u>	牛乳100 お菓子	エネルギー 514 kcal
$\overline{}$	麦茶		なると、チーズ、ツ ナ油漬缶	チンケンサイ、に んじん、もやし、	牛乳130	たんぱく質 <sub>21.5</sub> g
火	さつまいものサラダ	ま油		きゅうり、ねぎ、干	ツナカレーおにぎり	脂 質  4.0 9
	棒チーズ			ししいたけ		食 塩 2.1 g
15	ご飯柿		•	かき、もやし、はく	牛乳100 お菓子	エネルギー 513 kcal
	すまし汁(白菜)	ク、砂糖、ごま、油	かまぼこ、米みそ	さい、きゅうり、えのきたけ、切り干	牛乳130	たんぱく質 20.8 g
	鯖の味噌煮				コーンフレーク	脂 質   4.4 9
-	切干し大根のサラダ			ん、ねぎ、しょうが		食 塩 2.1 g
Ь.		<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	2.1

	クロワッサン バナナ	焼きそばめん、ク	生到 鶏ひき肉	たまねぎ、バナナ、ブ	牛乳100 お菓子	エネルギ		l l
	わかめスープ		豚肉、木綿豆腐、	ロッコリー、キャベツ、	牛乳130 お来り	エイルギ		
	豆腐ハンバーグ	粉、ごま、マヨネー	ちくわ	にんじん、生わかめ、 たけのこ、こまつな	塩焼きそば			
1 1	• •	ズ、油		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	塩焼さては		<sup>質</sup> 17.5	
	ブロッコリーのマヨネーズ和え	ソレ で小火体	牛乳、焼き豆腐、	パイナップル、こまつな、	4到 100 b# 7		<b>5</b> 2.6	
	ご飯 パイナップル	米、砂糖	十孔、焼さ豆腐、 豚肉、米みそ、油	はくさい、たまねぎ、だい	牛乳100お菓子	エネルギ	559	kcal
	みそ汁(大根・あげ)		揚げ	こん、もやし、ねぎ、しらた き、しゅんぎく、にんじん、	, , -	たんぱく	質 20.3	9
金	豚肉のすき焼き煮			みかん缶、パイン缶、しい たけ、さくらんぼ缶、コー	フルーツゼリー	脂	質 14.8	; 9
<b>-</b>	小松菜ともやしのあえ物			ン缶	おせんべい	食	鱼 2.0	9
18	けんちんうどん	ゆでうどん、砂糖、	牛乳、豚肉、ツナ	パイン缶、ほうれん	牛乳100 お菓子	エネルギ	<sup>-</sup> 413	kcal
	麦茶	ごま油	油漬缶、油揚げ	そう、だいこん、に んじん、ねぎ、ごぼ	牛乳130	たんぱく	質 14.7	g
土	ほうれん草とツナの和え物			う、コーン缶	お菓子	脂	質 17.8	. g
	果物						鱼 1.8	
$\perp$	舞茸ご飯	食パン、米、じゃが	牛乳、鶏もも肉、	キャベツ、バナナ、に	牛乳100お菓子	エネルギ		
	豚汁		ハム、油揚げ、豚	んじん、だいこん、きゅ	牛乳130	たんぱく!		
	キャベツのゆかりあえ		内、木みて、こうり	うり、もやし、板こん にゃく、コーン缶、まい	ピザトースト			
1.4			るチーズ	たけ、ねぎ、ごぼう、い	ヒットースト		<sup>質</sup> 15.5	
$\perp$	バナナ	10 / 0 / 4 = 0	11-50 5th \-\-	んげん			<b>~ 2.3</b>	
1 1	和風きのこスパゲティー	じゃがいも、スパ ゲティー、片栗粉、		パイナップル、たまね ぎ、きゅうり、トマト、しめ	牛乳100お菓子	エネルギ		
	コンソメスープ パイナップル	マヨネーズ、砂糖、	粉チーブ バター	じ、コーン缶、えのきた け、黄ピーマン、ピーマ	牛乳130	たんぱく	質 24.9	, g
火	ささ身サラダ	油、すりごま		ン、しいたけ、生わか	芋もち	脂	質 21.7	g
	棒チーズ			め、あさつき、にんにく、 焼きのり		食	鱼 2.0	g
22	ご飯 オレンジ	米、マヨネーズ、片		ぶどう濃縮果汁、	牛乳100お菓子	エネルギ	<sup>-</sup> 511	kcal
	みそ汁(もやし・ねぎ) 🚜 🔩 🍇	栗粉、油、小麦粉	卵、油揚げ、米み そ	オレンジ、ブロッコ リー、もやし、ねぎ、	ぶどうジュース	たんぱく	質 23.0	, g
水	鶏のから揚げ		C	にんにく、しょうが	誕生ケーキ		質 22.5	
1 1	ミモザサラダ						鱼 1.4	
-	ふりかけご飯柿	米、砂糖、油、片栗	牛乳、かじき、絹	柿、りんご、れんこ	牛乳100お菓子	エネルギ		
	みそ汁(豆腐・なめこ)	粉、ごま、ごま油、		ん、にんじん、ごぼ	牛乳130	たんぱく		
	カジキまぐろのステーキ	パイ生地	そ、バター、卵、か つお節	う、なめこ、たまね ぎ、板こんにゃく、	アップルパイ			
1-1	きんぴらごぼう		기이타	糸みつば、あおの	7 7 7 7 7 7 7 1		質 21.0	
$\vdash$		生中華めん、砂	牛乳、豚肉、ベー	り 、オレンジ、もやし、	4到100 お苗フ		鱼 2.2	
	味噌ラーメン	糖、ごま油	コン、米みそ	ブロッコリー、チン	牛乳100お菓子	エネルギ		
	麦茶			ゲンサイ、にんじ		たんぱくタ	質 16.0	9
	ブロッコリーサラダ			ん、コーン缶、ねぎ	お 単子			
	果物		Ī		00米 1	脂	質 12.5	, g
$\vdash$						食	鱼 2.5	g
27	中華どんぶり	米、小麦粉、砂糖、		パイナップル、たま わぎ もやし ゖノ	牛乳100お菓子	食エネルギ	<u>年</u> 2.5	g kcal
27		はるさめ、片栗粉、		パイナップル、たま ねぎ、もやし、はく さい、にんじん、た		食	<u>年</u> 2.5	g kcal
27	中華どんぶり	はるさめ、片栗粉、	焼き豚、なると、	ねぎ、もやし、はく さい、にんじん、た けのこ、ピーマン、	牛乳100お菓子	食 エネルギ たんぱく	<u>年</u> 2.5	g kcal g
27 () 月	中華どんぶり 春雨スープ	はるさめ、片栗粉、	焼き豚、なると、	ねぎ、もやし、はく さい、にんじん、た けのこ、ピーマン、 にら、生わかめ、し	牛乳100 お菓子 牛乳130	食 エネルギ たんぱく 脂	<u></u> 2.5 590	g kcal g
27 ( 月 )	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物	はるさめ、片栗粉、 ごま油、ごま ゆでうどん、ロー	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー	ねぎ、もやし、はく さい、にんじん、た けのこ、ピーマン、 にら、生わかめ、し いたけ オレンジ、ブロッコ	牛乳100 お菓子 牛乳130	食 エネルギ たんぱく 脂	<b>塩 2.5</b> — 590 質 20.2 質 22.2 <b>塩 2.1</b>	g kcal g g
27 () 月 ()	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ	はるさめ、片栗粉、 ごま油、ごま ゆでうどん、ロー ルパン、さといも、	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー ズ、ベーコン、米	ねぎ、もやし、はく さい、にんじん、た けのこ、ピーマン、 にら、生わかめ、し いたけ オレンジ、ブロッコ リー、だいこん、に	牛乳100 お菓子 牛乳130 チーズ蒸しパン	食 エネルギーたんぱく!	塩 2.5 - 590 質 20.2 塩 2.1 - 500	g kcal g g g kcal
27 月 28	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶	はるさめ、片栗粉、 ごま油、ごま ゆでうどん、ロー	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー ズ、ベーコン、米	ねぎ、もやし、はく さい、にんじん、た けのこ、ピーマン、 にら、生わかめ、し いたけ オレンジ、ブロッコ	牛乳100 お菓子 牛乳130 チーズ蒸しパン 牛乳100 お菓子	食 エネルギー たんぱく! またんぱく! またんぱく!	塩 2.5 - 590 質 20.2 型 22.2 塩 2.1 - 500 質 19.4	g kcal g g g kcal kcal g
27 (月) 28 (火	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ	はるさめ、片栗粉、 ごま油、ごま ゆでうどん、ロー ルパン、さといも、 油、グラニュー糖、	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー ズ、ベーコン、米	ねぎ、もやし、はく さい、にんじん、た けのこ、ピーマン、 にら、生わかめ、し いたけ オレンジ、ブロッコ リー、だいこん、に んじん、しめじ、ご	牛乳100 お菓子 牛乳130 チーズ蒸しパン 牛乳100 お菓子 牛乳130	食 エネルギー たんぱく	塩 2.5 - 590 質 20.2 2.1 - 500 質 19.4	kcal g g kcal g g g g g kcal
27 (月) 28 (火)	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ	はるさめ、片栗粉、 ごま油、ごま ゆでうどん、ロー ルパン、さといも、 油、グラニュー糖、 砂糖、ごま油	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー ズ、ベーコン、米	ねぎ、もやし、はくさい、にんじん、たけのこ、ピーマン、にら、生わかめ、しいたけブロッコリー、だいこん、ごんじん、えのきたけ、で	牛乳100 お菓子 牛乳130 チーズ蒸しパン 牛乳100 お菓子 牛乳130 あげぱん	食 エネルギー た 脂 食 エ た 脂 食	塩 2.5 - 590 質 20.2 塩 2.1 - 500 質 19.4 23.8 塩 2.0	g   g   kcal   g   g   g   g   kcal   g   g   g   g   g   g   g   g   g
27 (月) 28 (火) 29	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ ご飯 柿	はるさめ、片栗粉、ごま油、ごま ゆでうどん、ロールパン、さといも、油、グラニュー糖、砂糖、ごま油 米、片栗粉、油、砂	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー ズ、ベーコン、米 みそ ヨーグルト、べにさ け、絹ごし豆腐、	ねぎ、もやし、はくさい、にんじん、たけのこ、ピーマン、にかかめ、しいたとうでいたが、ブロッコリー、だいこん、でいたいでいたが、しめじ、だいないでいた。なったいないでは、なったいでは、なったいなど、から、もやし、はくさ	牛乳100 お菓子         牛乳130         チーズ蒸しパン         牛乳100 お菓子         牛乳130         あげぱん         牛乳100 お菓子	食 エネルギー	<ul><li>590</li><li>590</li><li>20.2</li><li>21.2</li><li>500</li><li>19.4</li><li>23.8</li><li>2.0</li><li>437</li></ul>	g   g   kcal   g   g   kcal   g   g   kcal   g   kcal   kcal   g   kcal   kcal
27 月) 28 火) 29	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ ご飯 柿 すまし汁(白菜)	はるさめ、片栗粉、ごま油、ごま ゆでうどん、ロールパン、さといも、油、グラニュー糖、砂糖、ごま油 米、片栗粉、油、砂	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー ズ、ベーコン、米 みそ ヨーグルト、べにさ け、絹ごし豆腐、	ねぎ、もやし、はくさい、にんじん、たけのこ、生わかめ、しいたとうでいたが、ブロ、にかいがいこん、でいたが、しいだいが、しいだいが、たいから、たいでは、ないにんにかく、なぎ、サンゲンサイ、かき、もんじん、ねい、にんじん、ね	牛乳100 お菓子牛乳130チーズ蒸しパン牛乳100 お菓子牛乳130あげぱん牛乳100 お菓子麦茶	食 エ た 脂 食 エ た 脂 食 エ た 化 ぱくり	<ul><li>2.5</li><li>590</li><li>20.2</li><li>2.1</li><li>500</li><li>19.4</li><li>23.8</li><li>2.0</li><li>437</li><li>20.0</li></ul>	g kcal g g kcal
27 月 28 火 ) 29 (水	中華どんぶり 春雨スープ もやしと二ラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ ご飯 柿 すまし汁(白菜) さけの青のり揚げ	はるさめ、片栗粉、ごま油、ごま ゆでうどん、ロールパン、さといも、油、グラニュー糖、砂糖、ごま油 米、片栗粉、油、砂	焼き豚、なると、 チーズ、バター 牛乳、豚肉、チー ズ、ベーコン、米 みそ ヨーグルト、べにさ け、絹ごし豆腐、	ねぎ、もやし、はくさい、にんじん、たけのこ、ピーマン、にかかめ、しいたとうでいたが、ブロッコリー、だいこん、でいたいでいたが、しめじ、だいないでいた。なったいないでは、なったいでは、なったいなど、から、もやし、はくさ	牛乳100 お菓子         牛乳130         チーズ蒸しパン         牛乳100 お菓子         牛乳100 お菓子         麦茶         ヨーグルト	食 エ た 脂 食 エ た 脂 食 エ た 脂 食 エ ん ぱく!	<ul> <li>590</li> <li>590</li> <li>20.2</li> <li>22.2</li> <li>2.1</li> <li>500</li> <li>19.4</li> <li>23.8</li> <li>2.0</li> <li>437</li> <li>20.0</li> <li>10.4</li> </ul>	g kcal g g g kcal g g g g
27 月 28 火 29 水 )	中華どんぶり 春雨スープ もやしと二ラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ ご飯 柿 すまし汁 (白菜) さけの青のり揚げ チンゲン菜の和え物	はるさめ、片栗粉、ごま油、ごま油、ごま油、プランル、ロールパン、ニュ油・水、ガラごま油・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	焼き豚、なると、 チーズ、バター 中乳、豚肉ン、 トーズ、そ ヨーグルト、豆腐、 かにかまぼこ	ねぎ、もんしん、はくさい、こ、生わいにピーマめ、ロッコに、生わかが、ブロんじ、えいかが、 しんじう、たいがいしめきく、 がっこんに かっかい だいがったん がっかい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい ぎいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい だいがい だいがい かいがい かいかい はいかい いいがい かいがい かいがい かいがい か	牛乳100 お菓子         牛乳130         チーズ蒸しパン         牛乳100 お菓子         牛乳100 お菓子         麦茶         ヨーグルト         クラッカー	食工た脂食工た脂食工た脂食すんぱく	<ul> <li>2.5</li> <li>590</li> <li>20.2</li> <li>21</li> <li>20.2</li> <li>21</li> <li>500</li> <li>19.4</li> <li>23.8</li> <li>2.0</li> <li>437</li> <li>20.0</li> <li>10.4</li> <li>20.0</li> <li>10.4</li> <li>20.0</li> </ul>	g   g   g   g   g   g   g   g   g   kcal   g   g   g   g   g   g   g   g   g
27 月 28 火 29 水 30	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ ご飯 柿 すまし汁(白菜) さけの青のり揚げ チンゲン菜の和え物 ロールパン バナナ	はるさめ、片栗粉、ごま油、ごま油、ごま油、こま油、こまでうどん、ロールパン、シールルグラでは、が、カールができま油が、は、大栗粉、油、砂糖、ごま油が、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボース	焼き豚、なター 牛乳、豚肉ン、 木の、チーズ、そ カーグルト、豆腐 かにかまぼこ サ乳、鶏もも肉、	ねぎ、もんし、はく さい、こ、生わいにいていたが、こ、生わかりにら、生わかがでいたが、しんでいたが、したいではいかがでいたが、できないではいかができないができないができないができないが、あまれば、かいではないが、たまれば、たまなど、たまなど、たいでは、どいかでは、かいでは、かいでは、かいでは、かいでは、かいでは、かいでは、かいでは、	牛乳100 お菓子         牛乳130         チーズ蒸しパン         牛乳100 お菓子         牛乳100 お菓子         麦茶         ヨーグルト         クラッカー         牛乳100 お菓子	食工た脂食工た脂食工た脂食工	<ul> <li>基 2.5</li> <li>─ 590</li> <li>質 20.2</li> <li>② 2.1</li> <li>─ 500</li> <li>質 19.4</li> <li>② 23.8</li> <li>② 2.0</li> <li>─ 437</li> <li>② 10.4</li> <li>② 2.0</li> <li>─ 557</li> </ul>	g kcal g g kcal g g kcal g g kcal kcal
27 月 28 火 29 水 30	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ ご飯 柿 すまし汁(白菜) さけの青のり揚げ チンゲン菜の和え物 ロールパン バナナ	はるさめ、片栗粉、ごま油、ごま油、ごま油、こま油、こまでうどん、ロールパン、シールルグラでは、が、カールができま油が、は、大栗粉、油、砂糖、ごま油が、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボースが、ボース	焼き豚、なター 牛乳、ボーズ、そ キ乳、ボース・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・	ねぎ、もんしん、はくさい、こ、生わいにピーマめ、ロッコに、生わかが、ブロんじ、えいかが、 しんじう、たいがいしめきく、 がっこんに かっかい だいがったん がっかい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい ぎいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい がっかい だいがい だいがい だいがい かいがい かいかい はいかい いいがい かいがい かいがい かいがい か	牛乳100 お菓子         牛乳130         チーズ蒸しパン         牛乳100 お菓子         牛乳100 お菓子         麦茶         ヨーグルト         クラッカー	食工た脂食工た脂食工た脂食すんぱく	<ul> <li>基 2.5</li> <li>─ 590</li> <li>質 20.2</li> <li>② 2.1</li> <li>─ 500</li> <li>質 19.4</li> <li>② 23.8</li> <li>② 2.0</li> <li>─ 437</li> <li>② 10.4</li> <li>② 2.0</li> <li>─ 557</li> </ul>	g kcal g g kcal g g kcal g g kcal kcal
27 (月) 28 (火) 29 (水) 30 (	中華どんぶり 春雨スープ もやしとニラのあえ物 パイナップル とん汁うどん オレンジ 麦茶 ブロッコリーときのこのサラダ 棒チーズ ご飯 柿 すまし汁(白菜) さけの青のり揚げ チンゲン菜の和え物 ロールパン バナナ	はるさめ、片栗粉、ごま油、ごま油、プレルパン、ロールパン、ブラごま油、水ができたい、油、糖、ごま油・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール	焼き豚、なター 牛乳、ボーズ、そ キ乳、ボース・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・	ねぎ、もんし、はく さい、こ、生かけにハオレンだいしめらい。 カー、んじかがりでしたがいないでき、たいでは、 カー、たん、ものでは、 がでいたがいないできる。 がでいたがいがでいたがでいたができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 がでも、 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 ができる。 と。 がで。 がでも、 と。 と。 と。 と。 と。 と。 と。 と。 と。 と。 と。 と。 と。	牛乳100 お菓子         牛乳130         チーズ蒸しパン         牛乳100 お菓子         牛乳100 お菓子         麦茶         ヨーグルト         クラッカー         牛乳100 お菓子	食工た脂食工た脂食工た脂食工た脂食さんぱく	<ul> <li>基 2.5</li> <li>─ 590</li> <li>質 20.2</li> <li>② 2.1</li> <li>─ 500</li> <li>質 19.4</li> <li>② 23.8</li> <li>② 2.0</li> <li>─ 437</li> <li>② 10.4</li> <li>② 2.0</li> <li>─ 557</li> </ul>	g   g   g   g   g   g   g   g   g   g

<sup>\*</sup>天候など都合によりメニューを変更することがあります。

<sup>\*</sup>誕生日プレートの飾りにチーズ・のり・かにかまなど材料名にない食材を使用する場合があります。