



# 目標:よく噛んで食べよう

※日々安心・安全な食品を納品しております。納入状況により献立を変更する場合があります。  
 ※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の昼食とおやつでのカロリーです。  
 乳児は幼児の8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。  
 ※一日の幼児昼食おやつでのカロリー基準:548kcal  
 ※補食にはおにぎりや麦茶を提供します。

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
屋食	五目うどん ひじきのマヨサラダ 焼売 フルーツゼリー	豚肉の甘辛丼 オクラともやしの和風サラダ 茄子と油揚げの味噌汁 メロン	桜えびご飯 鰯のから揚げ~カレー風味~ 蓮根と人参のサラダ 小松菜と椎茸のすまし汁 ブルーベリーヨーグルト	ご飯 牛肉と春雨の炒め煮 らでいっしゆのにじいろさらだ ほうれん草のスープ オレンジ	キーマカレー コールスローサラダ アスパラガスとベーコンのスープ バナナ	ご飯 炒り豆腐 胡瓜と人参のおかか和え かぶとしめじの味噌汁 フルーツゼリー
おやつ	梅おかかご飯 小魚 麦茶	カステラ せんべい 牛乳	しらすとチーズのトースト ヨーグルトドリンク	トマトとささみの素麺 麦茶	いちごのメロンパン 牛乳	ビスケット せんべい 牛乳
	エネルギー 412 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 9.1 g 炭水化物9.1 g 9	エネルギー 568 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 18.4 g 炭水化物33.0 g 10	エネルギー 586 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 10.0 g 炭水化物04.6 g 11	エネルギー 407 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 12.0 g 炭水化物51.6 g 12	エネルギー 586 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 19.5 g 炭水化物37.3 g 13	エネルギー 535 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 20.0 g 炭水化物74.5 g 14
屋食	ご飯 鶏肉のレモン塩焼き キャベツと大根の昆布和え 豆腐となめこの味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 カジキのみそ焼き 胡瓜と若布の酢の物 小町麩のすまし汁 オレンジ	麻婆豆腐丼 たたき胡瓜 中華風コーンスープ ヨーグルト	麦ご飯 鶏のさっぱり煮 ほうれん草と人参の胡麻和え スナップエンドウの味噌汁 メロン	ナポリタン コロコロ野菜のサラダ 人参とセロリのコンソメスープ バナナ	野菜炒め丼 キャベツの海苔和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ	ほうれん草と豚肉のチヂミ 牛乳	カエル蒸しパン ヨーグルトドリンク	ほくほくじゃがバター ゆでそら豆 牛乳	プリン ウエハース 牛乳	油揚げとひじきの炊き込みご飯 麦茶	クッキー せんべい 牛乳
	エネルギー 570 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 17.0 g 炭水化物37.0 g 16	エネルギー 439 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 6.5 g 炭水化物76.0 g 17	エネルギー 511 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 16.8 g 炭水化物73.5 g 18	エネルギー 511 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 18.8 g 炭水化物59.1 g 19	エネルギー 398 kcal 蛋白質 12.7 g 脂質 11.5 g 炭水化物55.7 g 20	エネルギー 546 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 17.7 g 炭水化物79.8 g 21
屋食	五目うどん ひじきのマヨサラダ 焼売 フルーツゼリー	豚肉の甘辛丼 オクラともやしの和風サラダ 茄子と油揚げの味噌汁 メロン	ご飯 鰯のから揚げ~カレー風味~ 蓮根と人参のサラダ 小松菜と椎茸のすまし汁 ヨーグルト	ご飯 牛肉と春雨の炒め煮 らでいっしゆのにじいろさらだ ほうれん草のスープ オレンジ	バターロール チキンピカタ カラフル野菜のマリネサラダ ヴィシソワーズ お楽しみヨーグルト 紫陽花のミルクゼリー	ご飯 炒り豆腐 胡瓜と人参のおかか和え かぶとしめじの味噌汁 フルーツゼリー
おやつ	梅おかかご飯 小魚 麦茶	カステラ せんべい 牛乳	チーズトースト ヨーグルトドリンク	トマトとささみの素麺 麦茶	お楽しみジュース	ビスケット せんべい 牛乳
	エネルギー 412 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 9.1 g 炭水化物9.1 g 23	エネルギー 568 kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 18.4 g 炭水化物33.0 g 24	エネルギー 548 kcal 蛋白質 25.9 g 脂質 9.6 g 炭水化物96.9 g 25	エネルギー 407 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 12.0 g 炭水化物51.6 g 26	エネルギー 562 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 18.6 g 炭水化物79.4 g 27	エネルギー 535 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 20.0 g 炭水化物74.5 g 28
屋食	ご飯 鶏肉のレモン塩焼き キャベツと大根の昆布和え 豆腐となめこの味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 カジキのみそ焼き 胡瓜と若布の酢の物 小町麩のすまし汁 オレンジ	麻婆豆腐丼 たたき胡瓜 中華風コーンスープ ヨーグルト	麦ご飯 鶏のさっぱり煮 ほうれん草と人参の胡麻和え スナップエンドウの味噌汁 メロン	ナポリタン コロコロ野菜のサラダ 人参とセロリのコンソメスープ バナナ	野菜炒め丼 キャベツの海苔和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ	ほうれん草と豚肉のチヂミ 牛乳	マドレーヌ せんべい ヨーグルトドリンク	ほくほくじゃがバター ゆでそら豆 牛乳	プリン ウエハース 牛乳	油揚げとひじきの炊き込みご飯 麦茶	クッキー せんべい 牛乳
	エネルギー 570 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 17.0 g 炭水化物37.0 g 30	エネルギー 499 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 8.2 g 炭水化物35.9 g 30	エネルギー 511 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 16.8 g 炭水化物73.5 g 30	エネルギー 511 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 18.8 g 炭水化物59.1 g 30	エネルギー 398 kcal 蛋白質 12.7 g 脂質 11.5 g 炭水化物55.7 g 30	エネルギー 546 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 17.7 g 炭水化物79.8 g 30
屋食	キーマカレー コールスローサラダ アスパラガスとベーコンのスープ バナナ					
おやつ	いちごのメロンパン 牛乳					
	エネルギー 586 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 19.5 g 炭水化物37.3 g					

