




目標：モリモリ食べよう

※日々安心・安全な食品を納品しています。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1日の量食とおやつ分のカロリーです。
乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり日々の喫食量に応じて変動します。
※1日の幼児量食おやつ分のカロリー基準：549kcal

	月	火	水	木	金 1	土 2
昼食					麦ご飯 鯉の南蛮漬け キャベツの和風サラダ けんちん汁 きらきらぶどうゼリー	ご飯 鶏肉の葱塩焼き 小松菜ともやしの胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト
	3時				梅じゃこご飯 小魚 麦茶	ビスケット せんべい ヨーグルトドリンク
	4	5	6	7	8	9
昼食	ご飯 マーメイドチキン 3色野菜の胡麻ドレッシングサラダ 小松菜とえのきの味噌汁 フルーツゼリー	鯉の蒲焼き丼 レモンドレッシングサラダ 茄子としめじの味噌汁 すいか	ご飯 ゴージャンプルー トマトとささみのさっぱり和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト	ロールパン チリコンカン 胡瓜とパプリカのマリネ ふんわり卵スープ メロン	野菜たっぷり焼うどん ほうれん草の胡麻和え オクラとなめこの味噌汁 パイナップル	ご飯 回鍋肉 胡瓜と人参の中華和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
	3時	豆乳素麺 麦茶	蒸しとうもろこし 小魚 麦茶	夏色ゼリー 麦茶	夏野菜ピザトースト 牛乳	クリームパン ヨーグルトドリンク
	I1補材 - 471 kcal 蛋白質 206 g 脂質 11.1 g 炭水化物 75.2 g	I1補材 - 487 kcal 蛋白質 216 g 脂質 9.4 g 炭水化物 83.2 g	I1補材 - 388 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 9.6 g 炭水化物 58.2 g	I1補材 - 536 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 24.0 g 炭水化物 62.6 g	I1補材 - 528 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 11.6 g 炭水化物 88.4 g	I1補材 - 497 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 11.7 g 炭水化物 78.9 g
	11	12	13	14	15	16
昼食		五目チャーハン 切干大根とツナの和え物 春雨スープ すいか	胚芽ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き ブロッコリーともやしの海苔和え 豆腐とねぎのすまし汁 ヨーグルト	コーンライス ハンバーグ 彩り野菜のコロコロサラダ マカロニスープ 金魚ゼリー	麦ご飯 かじきの梅マヨ焼き 金時豆の甘煮 大根の利体和え お麩と椎茸の味噌汁 パイナップル	豚肉と野菜の中華丼 ひじきのサラダ 切り干し大根と若布のスープ フルーツゼリー
	3時	きな粉お麩ラスク 牛乳	チーズおかかおにぎり 小魚 麦茶	ブルーベリーパフェ 紅茶	ツナとカレーの炊き込みご飯 小魚 麦茶	ビスケット せんべい ヨーグルトドリンク
	I1補材 - 528 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 18.4 g 炭水化物 75.2 g	I1補材 - 491 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 11.8 g 炭水化物 75.7 g	I1補材 - 526 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 17.8 g 炭水化物 74.3 g	I1補材 - 558 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 11.3 g 炭水化物 97.4 g	I1補材 - 564 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 14.6 g 炭水化物 89.2 g	
	18	19	20	21	22	23
昼食	ご飯 マーメイドチキン 3色野菜の胡麻ドレッシングサラダ 小松菜とえのきの味噌汁 フルーツゼリー	鯉の蒲焼き丼 レモンドレッシングサラダ 茄子としめじの味噌汁 すいか	ご飯 ゴージャンプルー トマトとささみのさっぱり和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト	ロールパン チリコンカン 胡瓜とパプリカのマリネ ふんわり卵スープ メロン	野菜たっぷり焼うどん ほうれん草の胡麻和え オクラとなめこの味噌汁 パイナップル	ご飯 回鍋肉 胡瓜と人参の中華和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
	3時	豆乳素麺 麦茶	蒸しとうもろこし 小魚 麦茶	夏色ゼリー 麦茶	夏野菜ピザトースト 牛乳	クリームパン ヨーグルトドリンク
	I1補材 - 471 kcal 蛋白質 206 g 脂質 11.1 g 炭水化物 75.2 g	I1補材 - 487 kcal 蛋白質 216 g 脂質 9.4 g 炭水化物 83.2 g	I1補材 - 388 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 9.6 g 炭水化物 58.2 g	I1補材 - 536 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 24.0 g 炭水化物 62.6 g	I1補材 - 528 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 11.6 g 炭水化物 88.4 g	I1補材 - 497 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 11.7 g 炭水化物 78.9 g
	25	26	27	28	29	30
昼食	五目チャーハン 切干大根とツナの和え物 春雨スープ フルーツゼリー	麦ご飯 鯉の南蛮漬け キャベツの和風サラダ 夏野菜の豚汁 すいか	胚芽ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き ブロッコリーともやしの海苔和え 豆腐とねぎのすまし汁 ヨーグルト	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 ちくわと若布の酢の物 南瓜と玉ねぎの味噌汁 メロン	ご飯 筑前煮 切干大根のハリハリサラダ お麩と若布の味噌汁 みかん缶	豚肉と野菜の中華丼 ひじきのサラダ 切り干し大根と若布のスープ フルーツゼリー
	3時	きな粉お麩ラスク 牛乳	梅じゃこご飯 小魚 麦茶	チーズおかかおにぎり 小魚 麦茶	夏みかんマフィン 麦茶	バームクーヘン せんべい ヨーグルトドリンク
	I1補材 - 532 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 18.4 g 炭水化物 77.2 g	I1補材 - 513 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 11.4 g 炭水化物 82.2 g	I1補材 - 491 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 11.8 g 炭水化物 75.7 g	I1補材 - 497 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 16.7 g 炭水化物 72.0 g	I1補材 - 519 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 13.0 g 炭水化物 83.8 g	I1補材 - 554 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 14.6 g 炭水化物 89.2 g