

目標：キレイに食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を返納する場合があります。  
※カレンダーに記載されているkcalは1日の幼児の1日の昼食とおやつ分です。  
乳児は8割で計算しています。これは目安であり、個々の喫食量に応じて変動します。  
※1日の幼児昼食おやつのカロリー基準：552kcal

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	えびたっぷりカレーライス りんご入りフレンチサラダ ジュリエンスープ フルーツゼリー	コーンライス 鮭のムニエル レモンドレッシングサラダ オニオンスープ 柿	高野豆腐の三食丼 和風マカロニサラダ さつま芋の味噌汁 オレンジ	ご飯 彩り野菜の酢鶏 小松菜と人参のナムル わかめスープ ヨーグルト	ご飯 大葉入りつくね焼き 里芋の旨煮 茄子と油揚げの味噌汁 りんご	豚肉と野菜のどんぶり 小松菜ともやしの海苔和え じゃが芋と玉葱の味噌汁 ヨーグルト
おやつ	バナナマフィン ヨーグルトドリンク	油揚げとひじきの炊き込みご飯 麦茶	手作り梨ジャムサンド 牛乳	おほかのだし茶漬け 麦茶	スイートポテト 牛乳	ゆかりおにぎり 牛乳
	I補給 - 654 kcal 蛋白質 26.7 g 脂質 13.8 g 炭水化物 111.9 g	I補給 - 434 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 8.4 g 炭水化物 74.9 g	I補給 - 505 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 12.4 g 炭水化物 87.1 g	I補給 - 505 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 12.4 g 炭水化物 80.1 g	I補給 - 487 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 15.1 g 炭水化物 75.5 g	I補給 - 566 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 14.0 g 炭水化物 92.4 g
	9	10	11	12	13	14
昼食	ロールパン チキンピカタ さつま芋のコロコロサラダ コーンスープ オレンジ	ご飯 鯖の柚庵焼き 豆腐と若布の和風サラダ けんちん汁 フルーツゼリー	野菜たっぷりちゃんぽん麺 レバーの香味煮 青梗菜ともやしの海苔和え ヨーグルト	ご飯 かぼちゃコロッケ いんげんの黒胡麻和え 生姜入りすまし汁 梨	胚芽ご飯 牛肉と茄子の甘辛炒め 白菜の煮びたし 冬瓜と豆腐の味噌汁 バナナ	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と大根の塩昆布和え 豆腐と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ	ツナと昆布の炊き込みご飯 麦茶	もちっと野菜マフィン 牛乳	葱塩チャーハン 麦茶	人参とチーズのおやき 麦茶	クロワッサン 牛乳	若菜おにぎり 牛乳
	I補給 - 532 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 20.6 g 炭水化物 68.2 g	I補給 - 540 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 19.0 g 炭水化物 77.4 g	I補給 - 525 kcal 蛋白質 24.9 g 脂質 10.6 g 炭水化物 85.2 g	I補給 - 562 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 15.0 g 炭水化物 92.9 g	I補給 - 637 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 27.3 g 炭水化物 79.8 g	I補給 - 514 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 11.8 g 炭水化物 85.4 g
	16	17 十五夜	18	19 お楽しみ献立	20	21
昼食		栗おこわ お月見つくね 里芋の旨煮 茄子と油揚げの味噌汁 うさぎりんご	高野豆腐の三食丼 和風マカロニサラダ さつま芋の味噌汁 オレンジ	サフランライス タンドリーチキン さつま芋のヨーグルトサラダ キャベツとお豆のスープ フルーツ2種盛り	えびたっぷりカレーライス りんご入りフレンチサラダ ジュリエンスープ フルーツゼリー	豚肉と野菜のどんぶり 小松菜ともやしの海苔和え じゃが芋と玉葱の味噌汁 ヨーグルト
おやつ		みたらし風さつま芋団子 牛乳	手作り梨ジャムサンド 牛乳	桃のバナナコッタ ウエハース 紅茶	バナナマフィン ヨーグルトドリンク	ゆかりおにぎり 牛乳
		I補給 - 517 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 13.5 g 炭水化物 86.2 g	I補給 - 505 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 12.4 g 炭水化物 87.1 g	I補給 - 499 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 17.3 g 炭水化物 72.0 g	I補給 - 654 kcal 蛋白質 26.7 g 脂質 13.8 g 炭水化物 111.9 g	I補給 - 566 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 14.0 g 炭水化物 92.4 g
	23	24	25 お彼岸	26	27	28
昼食		ご飯 鯖の柚庵焼き 豆腐と若布の和風サラダ けんちん汁 フルーツゼリー	野菜たっぷりちゃんぽん麺 レバーの香味煮 青梗菜ともやしの海苔和え ヨーグルト	胚芽ご飯 牛肉と茄子の甘辛炒め 白菜の煮びたし 冬瓜と豆腐の味噌汁 バナナ	ご飯 彩り野菜の酢鶏 小松菜と人参のナムル わかめスープ 梨	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と大根の塩昆布和え 豆腐と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ		もちっと野菜マフィン 牛乳	きなこおはぎ 緑茶	人参とチーズのおやき 麦茶	クロワッサン ヨーグルトドリンク	若菜おにぎり 牛乳
		I補給 - 540 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 19.0 g 炭水化物 77.4 g	I補給 - 511 kcal 蛋白質 26.4 g 脂質 11.1 g 炭水化物 80.8 g	I補給 - 572 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 22.3 g 炭水化物 79.2 g	I補給 - 593 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 21.9 g 炭水化物 77.1 g	I補給 - 514 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 11.8 g 炭水化物 85.4 g
	30					
昼食	ロールパン チキンピカタ さつま芋のコロコロサラダ コーンスープ オレンジ					
おやつ	ツナと昆布の炊き込みご飯 麦茶					
	I補給 - 532 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 20.6 g 炭水化物 68.2 g					