



目標：楽しく食べよう

※乳児は、午前おやつがです。
※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日の昼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分のカロリー基準：551kcal

	月	火	水 1（入園式）	木 2（進級おめでとう会）	金 3	土 4	
昼食			ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 いちご	ご飯 鶏肉の塩麴焼き 切干大根のハリハリサラダ じゃが芋とほうれん草の味噌汁 バナナ	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵の中華スープ オレンジ	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と人参のゆかり和え まいたけの味噌汁 ヨーグルト	
3時			お麩ラスク ヨーグルトドリンク	春キャベツとツナの子チミ 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	わかめおにぎり ヨーグルトドリンク	
			I補給 - 484 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 12.9 g 炭水化物 75.4 g	I補給 - 573 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.8 g 炭水化物 72.6 g	I補給 - 522 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 13.2 g 炭水化物 84.8 g	I補給 - 566 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 8.2 g 炭水化物 103.7 g	
昼食	6	7	8	9	10	11	
3時							
昼食		ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ほうれん草の納豆和え 新ごぼうと絹さやの味噌汁 ぶどうゼリー	ポークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	ご飯 鮭の味噌チーズ焼き 春野菜サラダ かぶのすまし汁 りんご	胚芽ご飯 鶏肉と根菜の甘辛煮 きゃべつと大根のさっぱり和え 若布と豆腐の味噌汁 オレンジ	野菜たっぷりちゃんぽんうどん 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 南瓜の甘煮 ヨーグルト	豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時		バナナケーキ 牛乳	みかん入り牛乳寒天 ウエハース 麦茶	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	豚肉と人参の炊き込みご飯 麦茶	クロワッサン ヨーグルトドリンク	あおさおにぎり ヨーグルトドリンク
		I補給 - 546 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 17.2 g 炭水化物 81.2 g	I補給 - 505 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.2 g 炭水化物 85.9 g	I補給 - 450 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 6.4 g 炭水化物 80.4 g	I補給 - 466 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 12.5 g 炭水化物 71.9 g	I補給 - 466 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 11.4 g 炭水化物 72.8 g	I補給 - 570 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 8.4 g 炭水化物 102.9 g
昼食	13	14	15	16（避難訓練）	17	18	
3時							
昼食		麦ご飯 カレーの香草焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 バナナ	ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 いちご	ご飯 マーマレードチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 りんご	赤飯 赤魚の煮付け さつま芋とほうれん草の白和え 花麩のすまし汁 もものミルクゼリー	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と人参のゆかり和え まいたけの味噌汁 ヨーグルト	
3時		カレーピラフ 牛乳	海苔しおポテト 小魚 牛乳	お麩ラスク ヨーグルトドリンク	きな粉チーズ蒸しパン 牛乳	わかれおにぎり ヨーグルトドリンク	
		I補給 - 617 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 87.3 g	I補給 - 435 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 12.8 g 炭水化物 65.1 g	I補給 - 484 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 12.9 g 炭水化物 75.4 g	I補給 - 617 kcal 蛋白質 24.4 g 脂質 22.5 g 炭水化物 85.4 g	I補給 - 566 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 8.2 g 炭水化物 103.7 g	
昼食	20	21	22	23	24（誕生会）	25	
3時							
昼食		ポークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	ご飯 鮭の味噌チーズ焼き 春野菜サラダ かぶのすまし汁 りんご	胚芽ご飯 鶏肉と根菜の甘辛煮 きゃべつと大根のさっぱり和え 若布と豆腐の味噌汁 オレンジ	ミートソーススパゲッティ カラフル野菜のコロコロサラダ 彩りコンソメスープ きらきらぶどうゼリー	豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト	
3時		バナナケーキ 牛乳	みかん入り牛乳寒天 ウエハース 麦茶	豚肉と人参の炊き込みご飯 麦茶	フレンチトースト～いちごソース～ 牛乳	あおさおにぎり ヨーグルトドリンク	
		I補給 - 546 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 17.2 g 炭水化物 81.2 g	I補給 - 505 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.2 g 炭水化物 85.9 g	I補給 - 450 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 6.4 g 炭水化物 80.4 g	I補給 - 466 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 12.5 g 炭水化物 71.9 g	I補給 - 719 kcal 蛋白質 29.9 g 脂質 23.6 g 炭水化物 106.4 g	
昼食	27	28	29	30			
3時							
昼食		麦ご飯 カレーの香草焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 バナナ	昭和の日 	ご飯 マーマレードチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 りんご			
3時		カレーピラフ 牛乳	海苔しおポテト 小魚 牛乳	きな粉チーズ蒸しパン 牛乳			
		I補給 - 617 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 87.3 g	I補給 - 435 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 12.8 g 炭水化物 65.1 g	I補給 - 617 kcal 蛋白質 24.4 g 脂質 22.5 g 炭水化物 85.4 g			