

10時

●牛乳●
■ミニアスパラガス
ビスケット 3個

豚丼
みそ汁
(3～5歳児)
ゼリー

●牛乳●
▲すいか
■星たべよ(しお味)
2・1袋

■米 60.00
水 90.00
●豚肉 36.00
▲玉ねぎ 30.00
▲小松菜 12.00
▲えのきたけ 12.00
▲人参 10.00
▲ねぎ 1.00
■キャノーラ油 2.40
「▲土しょうが 0.12
「しょうゆ(濃) 3.60
「酒 2.40

■焼ふ 2.00
▲かぼちゃ 30.00
●みそ 6.20
「水 150.00
「けずりぶし 4.60

(3～5歳児)
▲やさいゼリー 1個

■米 60.00
水 90.00
ゆかり(国産赤しそ) 0.50

「「●鶏もも肉 60.00
「「しょうゆ(濃) 1.50
「「酒 1.50
「■キャノーラ油 0.50
■かたくり粉 7.20
「▲玉ねぎ 20.00
「▲人参 8.00
「▲黄パプリカ 4.00
「▲えのきたけ 4.00
「■砂糖 1.50
「「米酢 3.00
「「しょうゆ(濃) 0.80
「「塩 0.20
「水 5.00

●ベーコン 3.00
▲とうがん 30.00
▲きゃべつ 10.00
しょうゆ(淡) 1.80
水 180.00
ブイオン(無添加) 0.80

(施設での一人当たりの栄養量)

3時

●牛乳●
▲ブルーベリーゼリー 1・1個
■ミニのりすけ 1・1袋

ごはん(しそふりかけ)
鶏肉の南蛮づけ
とうがんのスープ

▲野菜ジュース
(アップルサラダ) 150・100ml

揚げパン

●牛乳●

いちごジャムの
パンケーキ

■米 60.00
水 90.00
わかめふりかけ 0.50

●豚肉 20.00
▲玉ねぎ 30.00
▲人参 10.00
■キャノーラ油 0.30
塩 0.60
■じゃが芋 30.00
▲コーン缶・クリーム 25.00
●豆乳(無調整) 10.00
しょうゆ(淡) 1.00
ブイオン(無添加) 0.50
水 80.00
▲ちんげん菜 5.00

▲切干大根 4.00
▲人参 10.00
●シーチキン 3.00
■キャノーラ油 0.50
「酒 1.20
「しょうゆ(濃) 1.20
「本みりん 1.20
「■砂糖 1.20

(3～5歳児)
●ヨーグルト● 1個

― 手作りおやつ ―
「■丸ロール● 1・1個
「■キャノーラ油 3.90
■グラニュー糖 2.50

●牛乳●
▲みかん缶詰 40・32g
■田舎のおかき塩味 1・1袋
22日 ●牛乳●
ココア蒸しパン

■米 50.00
水 75.00

■干しうどん 25.00
●豚肉 20.00
▲玉ねぎ 15.00
▲ちんげん菜 10.00
しょうゆ(濃) 4.00
しょうゆ(淡) 3.00
「水 180.00
「だし昆布 0.30
「けずりぶし 5.50

●ボークウインナー 10.00
■フライドポテト冷 25.00
▲玉ねぎ 15.00
▲人参 10.00
■キャノーラ油 0.30
塩 0.20

― 22日の手作りおやつ ―
「■小麦粉 20.00
「純ココア 2.00
「ベーキングパウダー 1.60
■砂糖 7.20
塩 0.10
「水 20.00
「■キャノーラ油 4.00

【食品名の印について】
食品名の左側についている印は、
■……熱や力となるもの
●……血や肉となるもの
▲……体の調子をととのえるもの です。

アレルギー表示のため、卵・乳を含む食品の
右側に印をつけています。
卵を含む食品……○
乳を含む食品……●
卵・乳を含む食品……◎

7(月)

●牛乳●
■満月ポン 1枚

炊き込みずし
星のコロッケ
蒸し野菜のマヨドレ添え
すまし汁

●鉄・Caヨーグルト● 1・1個
(3～5歳児)▲マンゴー(冷) 20g
(0～2歳児)▲パイン缶詰低糖 4個
■星たべよ(しお味) 2・1袋

■米 55.00
水 77.50
だし昆布 2.00
▲人参 10.00
▲ホールコーン(冷) 5.00
▲干しいたけ(スライス) 1.00
「米酢 5.00
「■砂糖 3.50
「塩 0.50

●星のコロッケ(冷) 1・1個
■なたね揚げ油 5.00

「▲きゃべつ 30.00
「▲かぼちゃ 20.00
「塩 少々
■マヨドレ 4.00

●鶏もも肉 10.00
■ビーフン 5.00
▲玉ねぎ 10.00
▲みつば 1.00
しょうゆ(淡) 5.50
「水 180.00
「けずりぶし 5.50

10時は0～2歳児だけです。
材料の分量は3～5歳児分で、0～2歳児は3～5歳児の約80%です。
材料の分量の単位は「g」です。

10時と3時の牛乳は、
・10時……0～2歳児100ml
・3時……3～5歳児170ml・0～2歳児100mlです。
3時のヨーグルト・ゼリーは、3～5歳児・0～2歳児とも1個です。

昼の主食は
・パンの量……3～5歳児50g・0～2歳児40g
(ただし麺類の時は量を減らしています)

8・29(火)

●牛乳●
■ミニアスパラガス
ビスケット 3個

ごはん
グリルチキン
ブロッコリーの煮びたし
わかめのスープ

●牛乳●
(3～5歳児)とうもろこし
(0～2歳児)▲デコポン缶詰 2個
■ミニのりすけ 1・1袋

■米 60.00
水 90.00

●鶏もも肉 60.00
しょうゆ(濃) 3.00
「■砂糖 1.00
「本みりん 1.00
■キャノーラ油 適量

▲ブロッコリー 25.00
本みりん 0.40
しょうゆ(淡) 1.20
だし汁 15.00

●わかめ 0.40
▲玉ねぎ 15.00
▲ちんげん菜 10.00
しょうゆ(淡) 5.00
「水 180.00
「けずりぶし 5.50

― 手作りおやつ ―
▲とうもろこし 1/3本

●豆腐(冷) 35.00
「●牛肉 15.00
「しょうゆ(濃) 0.60
「酒 0.75
▲きゃべつ 30.00
▲小松菜 15.00
▲人参 15.00
「オイスターソース 1.50
「しょうゆ(濃) 1.70
「■砂糖 0.30
「水 1.00
■キャノーラ油 0.30

▲とうがん 30.00
▲しめじ 10.00
●みそ 7.50
「水 180.00
「けずりぶし 5.50

― 手作りおやつ ―
(幼) ■食パン●(8枚切) 1/2枚
(乳) ■耳なし食パン●(8枚切) 1/2枚

トマトケチャップ 4.00
▲ピーマン 4.00
▲トマト 16.00
■チーズ風植物シュレッド 10.00

9・23(水)

●牛乳●
■ソフトせん
(アンパンマン) 2枚

ごはん
豆腐のソースいため
みそ汁

●牛乳●

■米 60.00
水 90.00

●鶏もも肉 60.00
しょうゆ(濃) 3.00
「■砂糖 1.00
「本みりん 1.00
■キャノーラ油 適量

▲ブロッコリー 25.00
本みりん 0.40
しょうゆ(淡) 1.20
だし汁 15.00

●わかめ 0.40
▲玉ねぎ 15.00
▲ちんげん菜 10.00
しょうゆ(淡) 5.00
「水 180.00
「けずりぶし 5.50

― 手作りおやつ ―
(幼) ■食パン●(8枚切) 1/2枚
(乳) ■耳なし食パン●(8枚切) 1/2枚

トマトケチャップ 4.00
▲ピーマン 4.00
▲トマト 16.00
■チーズ風植物シュレッド 10.00

	10・24(木)	11・25(金)	12(土)	14・28(月)	15(火)・26(土)	19(土)	30(水)	31(木)
10時	●牛乳● ■クラシカル 2個	●牛乳● ■カル鉄スティック ・ココア味● 1本	●牛乳● ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 2g	●牛乳● ■満月ポン 1枚	●牛乳● 15日 ■ミンスパラガストビスケット 3個 26日 ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 2g	●牛乳● ■ふわふわチップ (じゃがいも味) 2g	●牛乳● ■ソフトせん (アンパンマン) 2枚	●牛乳● ■クラシカル 2個
昼	夏野菜のカレーライス きゃべつの甘酢煮	ごはん 鮭のみそマヨ焼 煮びたし すまし汁	ごはん かぼちゃと肉の いため煮 みそ汁	ロールパン カレースパゲティ とうがんの煮物	ごはん なすと肉のいため煮 みそ汁	豚丼 みそ汁	ごはん かぼちゃと肉の いため煮 みそ汁	ごはん(しそふりかけ) 豚肉とゴーヤの みそいため ベークドポテト すまし汁
3時	●牛乳● (3～5歳児)▲アップルコン ポート(冷)4つ割 1袋 (0～2歳児)▲りんごゼリー ■あまからせん 2・1袋	●牛乳● 枝豆のパンケーキ	●牛乳● ▲みかん缶詰 40・32g ■田舎のおかき塩味 1・1袋	●牛乳● ビーフドリア	●牛乳● ▲みかんゼリー 1・1個 ■星たべよ(しお味)2・1袋 26日 ●牛乳● ▲パイン缶詰低糖 6・4個 ■田舎のおかき塩味1・1袋	●牛乳● ▲パイン缶詰低糖 6・4個 ■田舎のおかき塩味 1・1袋	●牛乳● ▲すいか ■星たべよ(しお味) 2・1袋	●牛乳● ココア蒸しパン
昼と3時（手作りおやつの時）の材料と量	「■米 60.00 水 90.00 「●鶏もも肉 40.00 ▲かぼちゃ 30.00 ▲ズッキーニ 15.00 ▲なす 10.00 ▲赤パプリカ 10.00 ▲ホールコーン(冷) 5.00 ■キャノーラ油 1.00 塩 少々 水 120.00 カレーフレーク 18.00 ●焼竹輪(冷) 10.00 ▲きゃべつ 45.00 ▲人参 5.00 「■砂糖 1.00 「米酢 2.00 「しょうゆ(濃) 1.50	■米 60.00 水 90.00 ●生鮭(冷) 50.00 「■マヨドレ 3.50 「本みりん 1.50 「●みそ 1.50 「■砂糖 1.00 ホイルケース 1枚 ▲ちんげん菜 30.00 ▲小松菜 20.00 ■砂糖 0.20 しょうゆ(濃) 1.50 だし汁 12.50 ▲玉ねぎ 10.00 ▲えのきたけ 10.00 ▲ねぎ 1.00 しょうゆ(淡) 5.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 ― 手作りおやつ ― ■ケーキックス粉 20.00 ▲むき枝豆(冷) 10.00 ●ベーコン 5.00 塩 0.05 水 適量 ■キャノーラ油 1.00	■米 60.00 水 90.00 ▲かぼちゃ 70.00 ●豚肉 20.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 20.00 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 2.50 しょうゆ(濃) 2.50 しょうゆ(淡) 2.00 だし汁 30.00 ▲三度豆 2.00 ■焼ふ 2.00 ▲ほうれん草 5.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 ▲とうがん 80.00 ●豚肉 10.00 ■キャノーラ油 適量 ■砂糖 1.00 本みりん 1.00 しょうゆ(淡) 3.00 酒 1.00 だし汁 30.00 ▲ちんげん菜 5.00 「■かたくり粉 1.00 「水 2.00 ― 手作りおやつ ― 「■米 16.00 「水 24.00 「●牛肉 15.00 「▲玉ねぎ 20.00 「▲マッシュルーム・スライス 3.00 「■キャノーラ油 0.50 「水 20.00 「ハヤシルウ(顆粒) 2.50 ■米パン粉 1.00 ホイルケース 1枚	■ロールパン● ■スパゲティ 25.00 ●シーチキン 15.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲人参 10.00 カレー粉 0.10 ■キャノーラ油 1.00 ▲ホールコーン(冷) 5.00 水 180.00 「けずりぶし 5.50 「カレールウ 7.20 「しょうゆ(濃) 2.70 「本みりん 2.70 ▲とうがん 80.00 ●豚肉 10.00 ■キャノーラ油 適量 ■砂糖 1.00 本みりん 1.00 しょうゆ(淡) 3.00 酒 1.00 だし汁 30.00 ▲ちんげん菜 5.00 「■かたくり粉 1.00 「水 2.00 ― 手作りおやつ ― 「■米 16.00 「水 24.00 「●牛肉 15.00 「▲玉ねぎ 20.00 「▲マッシュルーム・スライス 3.00 「■キャノーラ油 0.50 「水 20.00 「ハヤシルウ(顆粒) 2.50 ■米パン粉 1.00 ホイルケース 1枚	■米 60.00 水 90.00 「●牛肉 30.00 「■キャノーラ油 1.00 ▲玉ねぎ 30.00 ▲人参 30.00 ▲人参 15.00 ▲なす 20.00 ▲干しいたけ(スライス) 0.50 ▲三度豆 3.00 だし汁 18.00 「酒 2.20 「■砂糖 1.10 「本みりん 2.20 「しょうゆ(濃) 3.60 ■じゃが芋 30.00 ▲小松菜 10.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50	「■米 60.00 水 90.00 ●豚肉 36.00 ▲玉ねぎ 30.00 ▲小松菜 12.00 ▲えのきたけ 12.00 ▲人参 10.00 ▲ねぎ 1.00 ■キャノーラ油 2.40 「▲土しょうが 0.12 「しょうゆ(濃) 3.60 「酒 2.40 ■焼ふ 2.00 ▲かぼちゃ 30.00 ●みそ 6.20 「水 150.00 「けずりぶし 4.60	■米 60.00 水 90.00 ▲かぼちゃ 70.00 ●豚肉 20.00 ▲人参 10.00 ▲玉ねぎ 20.00 ■キャノーラ油 1.00 ■砂糖 2.50 しょうゆ(濃) 2.50 しょうゆ(淡) 2.00 だし汁 30.00 ▲三度豆 2.00 ■焼ふ 2.00 ▲ほうれん草 5.00 ●みそ 7.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50	■米 60.00 水 90.00 ゆかり(国産赤しそ) 0.50 ●豚肉 25.00 ▲玉ねぎ 20.00 ▲黄パプリカ 10.00 ▲人参 10.00 ▲にがうり 5.00 ■キャノーラ油 0.50 ●みそ 2.30 「酒 2.00 「しょうゆ(濃) 0.70 「■砂糖 1.60 ▲ちんげん菜 10.00 ▲えのきたけ 10.00 しょうゆ(淡) 5.50 「水 180.00 「けずりぶし 5.50 ― 手作りおやつ ― 「■小麦粉 20.00 「純ココア 2.00 「ベーキングパウダー 1.60 ■砂糖 7.20 塩 0.10 「水 20.00 「■キャノーラ油 4.00
	★献立の材料は、天候などにより、やむを得ず変更することがありますので、ご了承ください。 ★離乳の完了(12～18か月頃)は、0～2歳児食を必要に応じて「細かく切る、煮る」などをしています。また、果物については一部変更する場合があります。							3時に使用している果物の量は 「3～5歳児・0～2歳児」 すいか 60g・48g ＊ヨーグルトの時など、組み合わせにより、 量が異なることもあります。 3時使用の菓子は、3～5歳児量・0～2歳児 量の順です。