

〈給食予定献立表(三色食品群)〉

城山保育園上石原

乳幼児食

令和5年3月 献立表

2023年3月1日(水)~2023年3月31日(金)

日曜日	曜日	料 理 名	ざ い り ょ う		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類
1	水	① 米飯 ② みそ汁(チンゲン菜・玉ねぎ) ③ 鶏肉の唐揚ネギソース ④ 人参サラダ ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 鶏肉	ちんげん菜, 玉ねぎ, 長ねぎ 人参, キャベツ, きゅうり レーズン, 季節のフルーツ	米, 片栗粉, サラダ油 上白糖, サラダ油, 上白糖
		① 干し芋(朝おやつ)			干しいも
2	木	① 大学芋, ⑥牛乳 ① ハヤシライス ② スープ(大根・わかめ) ③ コーンサラダ ④ フルーツ(季節) ⑤	牛乳1L 豚肉, わかめ	玉ねぎ, 人参, 大根, コーン キャベツ, きゅうり, 人参 季節のフルーツ	さつま芋, サラダ油, 上白糖, ごま じゃが芋, 油, 米
		⑥ 牛乳(100ml) ① ココア揚げパン, ⑥牛乳	牛乳1L	ココア	バターロール, 油, 上白糖
3	金	① ひな祭り寿司 ② 清まし汁(菜の花・しめじ) ③ 松風焼き ④ ほうれん草のお浸し ⑤ フルーツ(季節)	鮭フレーク, 桜でんぶ, 鶏肉, 豆乳, 味噌	コーン, 人参, きぬさや, のり 菜の花, ぶなしめじ, 玉ねぎ ほうれん草, 人参 季節のフルーツ	米, サラダ油, パン粉 上白糖, ごま, サラダ油
		① ベビースティック(朝おやつ) ③ フルーツいちごババロア, ⑥牛乳	牛乳1L, ホイップクリーム, 牛乳1L	白桃缶, みかん缶	ベビーステック ババロアの素
4	土	① 五目うどん ② さつま芋サラダ ③ フルーツ(季節) ④ ⑤	豚肉	人参, 白菜, 大根, 干し椎茸 万能ねぎ, いんげん レーズン, 季節のフルーツ	うどん, 胡麻油, さつま芋 上白糖
		⑥ 牛乳(100ml) ① かやくおにぎり, ⑥牛乳	牛乳1L 鶏ひき肉, 牛乳1L		米, 上白糖
6	月	① 米飯 ② みそ汁(玉ねぎ・しめじ) ③ あじパン焼き ④ キャベツソテー ⑤ フルーツ(季節)	あじ	玉ねぎ, しめじ, キャベツ 人参, 玉ねぎ 季節のフルーツ	米, 小麦粉, パン粉 サラダ油, 胡麻油
		① 星バフ(朝おやつ) ③ ブリン, ⑥牛乳	牛乳1L, ホイップクリーム, 牛乳1L	みかん缶	星バフ ブリンの素
7	火	① 豚丼 ② 味噌汁(じゃが芋・わかめ) ④ 切干大根のツナ和え ⑤ フルーツ(季節)	豚肉, わかめ, 味噌 ツナ	玉ねぎ, 人参, いんげん 切干大根, 人参, きゅうり もやし, 季節のフルーツ	米, サラダ油, 上白糖 じゃが芋, 胡麻油, 上白糖
		① ミレービスケット(朝おやつ) ③ ガーリックトースト, ⑥牛乳	牛乳1L		ミレービスケット 食パン, バター
8	水	① しょうゆラーメン ③ じゃが芋とベーコンのソテー ⑤ フルーツ(季節)	かつお節, 豚肉, わかめ アレルギーベーコン	人参, 長ねぎ, ほうれん草 人参, 玉ねぎ 季節のフルーツ	中華麺, 胡麻油, じゃが芋 サラダ油
		① 干し芋(朝おやつ) ③ テチミ, ⑥牛乳	豚ひき肉, 牛乳1L	にら, 玉ねぎ	干しいも 小麦粉, 上白糖
9	木	① 米飯 ② 清まし汁(豆腐・万能ねぎ) ③ サケのちゃんちゃん焼き ④ 納豆和え ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐, 鮭, 味噌, 納豆	万能ねぎ, キャベツ, 玉ねぎ 人参, ビーマン, 小松菜 人参, もやし 季節のフルーツ	米, 上白糖
		⑥ 牛乳(100ml) ① 和風スパゲティ, ⑥牛乳	牛乳1L アレルギーベーコン, のり, 牛乳1L	人参, 玉ねぎ, しめじ, えのき	スパゲティ, 油
10	金	① ポークカレー ② スープ(大根・わかめ) ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	豚肉, わかめ	玉ねぎ, 人参, 大根, コーン キャベツ, きゅうり, 人参 季節のフルーツ	米, じゃが芋, サラダ油
		① ベビースティック(朝おやつ) ③ 南瓜クッキー, ⑥牛乳	牛乳1L	かぼちゃがイカト	ベビーステック 小麦粉, バター, 上白糖
11	土	① チャンポンにゅうめん ③ 南瓜の炒め物 ⑤ フルーツ(季節) ⑥ 牛乳(100ml)	豚肉, 豚肉	人参, にら, キャベツ もやし, 長ねぎ, かぼちゃ 玉ねぎ, バセリ	そうめん, 胡麻油, サラダ油 上白糖
		① カレーピラフ, ⑥牛乳	アレ ウィンナー, 牛乳1L	人参, ビーマン, コーン	米, サラダ油
13	月	① きのこうどん ③ ポテトサラダ ⑤ フルーツ(季節)	豚肉, 油揚げ	人参, えのき, ぶなしめじ しいたけ, 玉ねぎ, 青ねぎ きゅうり, 人参	うどん, さといも, 片栗粉 じゃが芋
		① 星バフ(朝おやつ) ③ しらすチャーハン, ⑥牛乳	しらす干し, 牛乳1L	人参, 玉ねぎ, 葉だいこん	星バフ 米, 油, 胡麻油
14	火	① ツナひじきごはん ② みそ汁(さつまいも・わかめ) ③ 厚揚げの旨煮 ④ フルーツ(季節)	ツナ, 芽ひじき, 厚揚げ, 豚肉	人参, わかめ, 人参, 大根 しめじ, 玉ねぎ 季節のフルーツ	米, さつま芋, サラダ油 上白糖
		① ミレービスケット(朝おやつ) ③ 焼きそば, ⑥牛乳	豚肉, 牛乳1L	人参, キャベツ, ビーマン	ミレービスケット 中華麺, 油
15	水	① ツナロールパン ③ 豆乳クリームシチュー ④ 海鮮サラダ ⑤ フルーツ(季節)	ツナ, 鶏肉, 豆乳 エビ	玉ねぎ, バセリ, 玉ねぎ, わかめ 人参, ブロッコリー キャベツ, きゅうり, 人参 季節のフルーツ	バターロール, じゃが芋 サラダ油 上白糖, サラダ油
		① 干し芋(朝おやつ) ③ 大学芋, ⑥牛乳	牛乳1L		干しいも さつま芋, サラダ油, 上白糖, ごま

# 〈給食予定献立表(三色食品群)〉

城山保育園上石原  
乳幼児食

令和5年3月 献立表

2023年3月1日(水)～2023年3月31日(金)

日	曜日	料 理 名	ざ い り ょ う		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	黄：力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類
16	木	① 米飯 ② 豚汁 ③ 鯖の竜田揚げ ④ もやしと小松菜の煮浸し ⑤ フルーツ(季節)	豚肉、油揚げ、味噌 鯖、油揚げ	大根、人参、長ねぎ、ごぼう 万能ねぎ、しょうが、もやし 小松菜、人参、ぶなしめじ 季節のフルーツ	米、胡麻油、片栗粉 サラダ油
		⑥ 牛乳(100ml)	牛乳1L		
		⑦ ライスクッキー(非常食) ⑧牛乳	牛乳1L		ライスクッキー(非常食)
17	金	① わかめごはん(らいおんのみ選択可) ② クロワッサン ③ コーンスープ ④ 唐揚げ ⑤ エビフライ ⑥ リンゴサラダ ⑦ フルーツポンチ	鶏肉、えび コンソメスープ、牛乳1L	しょうが、コーン、玉ねぎ きゅうり、キャベツ、コーン りんご、白桃缶、みかん缶	米、クロワッサン、片栗粉 油、小麦粉、パン粉 サラダ油、サラダ油、上白糖 ｶｯﾌﾞﾚﾘの素、上白糖
		⑧ ヨーグルト(朝おやつ)	ヨーグルト		
		⑨ 2種のロールケーキとフルーツ、⑩牛乳	ホイップクリーム、牛乳1L	いちご	ロールケーキ、ロールケーキいちご
18	土	① 五目うどん ② さつま芋サラダ ③ フルーツ(季節)	豚肉	人参、白菜、大根、干し椎茸 万能ねぎ、いんげん レーズン、季節のフルーツ	うどん、胡麻油、さつま芋 上白糖
		④ 牛乳(100ml)	牛乳1L		
		⑤ かやくおにぎり、⑥牛乳	牛乳1L		
20	月	① 豚丼 ② 味噌汁(じゃが芋・わかめ) ③ 切干大根のツナ和え ④ フルーツ(季節)	豚肉、味噌 ツナ	人参、ごぼう、糸みつば 玉ねぎ、人参、いんげん、わかめ 切干大根、人参、きゅうり もやし、季節のフルーツ	米、上白糖 米、サラダ油、上白糖 じゃが芋、胡麻油、上白糖
		⑤ 星バフ(朝おやつ)			星バフ
		⑥ ガーリックトースト、⑦牛乳	牛乳1L	パセリ、にんにく	食パン、バター
22	水	① しょうゆラーメン ② じゃが芋とベーコンのソテー ③ フルーツ(季節)	かつお節、豚肉、 アレルギーベーコン	人参、長ねぎ、ほうれん草、わかめ 人参、玉ねぎ 季節のフルーツ	中華麺、胡麻油、じゃが芋 サラダ油
		④ 干し芋(朝おやつ)			干しいも
		⑤ チヂミ、⑥牛乳	豚ひき肉、牛乳1L	にら、玉ねぎ	小麦粉、上白糖
23	木	① 米飯 ② 清まし汁(豆腐・万能ねぎ) ③ サケのちゃんちゃん焼き ④ 納豆和え ⑤ フルーツ(季節)	豚ひき肉、牛乳1L 鮭、味噌、納豆	万能ねぎ、キャベツ、玉ねぎ 人参、ピーマン、小松菜 人参、もやし 季節のフルーツ	米、上白糖
		⑥ 牛乳(100ml)	牛乳1L		
		⑦ 和風スパゲティ、⑧牛乳	アレルギーベーコンのり、牛乳1L	人参、玉ねぎ、しめじ、えのき	スパゲティ、油
24	金	① ピラフ ② スープ(ほうれん草・しいたけ) ③ ハンバーグ ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	アレルギーベーコン 豚ひき肉、豆乳	人参、玉ねぎ、コーン マッシュルーム、グリルピー ほうれん草、しいたけ 玉ねぎ、トマト缶、コーン キャベツ、きゅうり、人参	米、油、パン粉、油
		⑥ ベビーステック(朝おやつ)			ベビーステック
		⑦ ココアマフィン、⑧牛乳	ホイップクリーム、牛乳1L	みかん缶	ココアマフィン
25	土	① チャンポンにゅうめん ② 南瓜の炒め物 ③ フルーツ(季節)	豚肉	人参、にら、キャベツ もやし、長ねぎ、かぼちゃ 玉ねぎ、パセリ	そうめん、胡麻油、サラダ油 上白糖
		④ 牛乳(100ml)	牛乳1L		
		⑤ カレーピラフ、⑥牛乳	アレルギーベーコン、牛乳1L	人参、ピーマン、コーン	米、サラダ油
27	月	① きのこうどん ② ポテトサラダ ③ フルーツ(季節)	豚肉、油揚げ	人参、えのき、ぶなしめじ しいたけ、玉ねぎ、青ねぎ きゅうり、人参	うどん、さといも、片栗粉 じゃが芋
		④ 星バフ(朝おやつ)			星バフ
		⑤ しらすチャーハン、⑥牛乳	しらす干し、牛乳1L	人参、玉ねぎ、葉だいこん	米、油、胡麻油
28	火	① ツナひじきごはん ② みそ汁(さつまいも・わかめ) ③ 厚揚げの旨煮 ④ フルーツ(季節)	ツナ、味噌 厚揚げ、豚肉	人参、わかめ、人参、大根、芽ヒジキ しいたけ、玉ねぎ 季節のフルーツ	米、さつまいも、サラダ油 上白糖
		⑤ ミレービスケット(朝おやつ)			ミレービスケット
		⑥ ライスクッキー(非常食) ⑦牛乳	牛乳1L		ライスクッキー(非常食)
29	水	① 米飯 ② みそ汁(テンゲン菜・玉ねぎ) ③ 鶏肉の唐揚げネギソース ④ 人参サラダ ⑤ フルーツ(季節)	味噌、鶏肉	ちんげん菜、玉ねぎ、長ねぎ 人参、キャベツ、きゅうり レーズン、季節のフルーツ	米、片栗粉、サラダ油 上白糖、サラダ油、上白糖
		⑥ 干し芋(朝おやつ)			干しいも
		⑦ あんまーガリンサンド、⑧牛乳	牛乳1L		食パン、フマーガリン、こしあん
30	木	① 豚汁 ② 鯖の竜田揚げ ③ もやしと小松菜の煮浸し ④ フルーツ(季節)	豚肉、油揚げ、味噌 鯖、油揚げ	大根、人参、長ねぎ、ごぼう 万能ねぎ、しょうが、もやし 小松菜、人参、ぶなしめじ 季節のフルーツ	米、胡麻油、片栗粉 サラダ油
		⑤ 牛乳(100ml)	牛乳1L		
		⑥ きなこクッキー、⑦牛乳	きな粉、牛乳1L		小麦粉、バター、上白糖
31	金	① 赤飯 ② 清まし汁(えのき・長ねぎ) ③ 肉じゃが ④ ちくわの磯辺揚げ ⑤ フルーツ(季節)	豚肉、油揚げ、味噌 鯖、油揚げ	えのき、長ねぎ、玉ねぎ、あおさ 人参、シラタキ、人参 いんげん、季節のフルーツ	米、じゃが芋、上白糖 小麦粉、サラダ油
		⑥ ベビーステック(朝おやつ)			ベビーステック
		⑦ フルーツゼリ、クラッカー、⑧牛乳	牛乳1L	みかん缶、白桃缶	ｶｯﾌﾞﾚﾘの素、上白糖、クラッカー

献立種類	乳 児 食			幼 児 食		
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質
栄養素						
平均栄養価	556 kcal	19.1 g	20.0 g	590 kcal	20.9 g	20.2 g

〈給食予定献立表(三色食品群)〉

城山保育園上石原

乳幼児食

令和5年3月 軽食・夕食献立表

2023年3月1日(水)～2023年3月31日(金)

日曜日	曜日	料理名	ざ い り ょ う		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	黄：カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類
1	水	① 米飯 ② みそ汁(南瓜・玉ねぎ) ③ カレイの照り焼き ④ 大根の和え物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌 カラスかれい	かぼちゃ、玉ねぎ、大根 きゅうり、人参 季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 サラダ油
	軽食	① しらすおにぎり	しらす干し、かつお節		米
2	木	① 米飯 ② みそ汁(小松菜・長ねぎ) ③ 大根と豚肉の煮物 ④ もやしのナムル ⑤ フルーツ(季節)	味噌、豚肉	小松菜、長ねぎ、大根 万能ねぎ、もやし、人参 きゅうり、季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 胡麻油
	軽食	① 菜飯おにぎり		菜めし	米
3	金	① 米飯 ② 清まし汁(豆腐・長ねぎ) ③ さばの味噌煮 ④ キャベツのお浸し ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐、サバ、味噌	長ねぎ、しょうが、キャベツ 人参、季節のフルーツ	米、上白糖、上白糖
	軽食	① 菜飯おにぎり		菜めし	米
4	土	① 米飯 ② みそ汁(玉ねぎ・しめじ) ③ 厚揚げの炒め物 ④ いんげんの和え物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌、厚揚げ	玉ねぎ、しめじ、玉ねぎ 人参、ピーマン、いんげん 人参、季節のフルーツ	米、サラダ油、片栗粉 上白糖、上白糖
	軽食	① フライドポテト			米
6	月	① 米飯 ② 清汁(大根・わかめ) ③ 鯖のマヨ焼き ④ 中華風コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	鯖	大根、しょうが、きゅうり、わかめ コーン、人参 季節のフルーツ	ワイドボート、サラダ油 米、胡麻油、上白糖
	軽食	① わかめおにぎり		わかめ	米
7	火	① 米飯 ② 八宝菜 ③ みそ汁(キャベツ・にら) ④ もやしのナムル ⑤ フルーツ(季節)	豚肉、ちくわ、味噌、味噌	玉ねぎ、人参、キャベツ 白菜、筍、きぬさや キャベツ、にら、もやし 人参、きゅうり 季節のフルーツ	米、片栗粉、油、胡麻油
	軽食	① ゆかりおにぎり		ゆかり	米
8	水	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・長ねぎ) ③ 豚肉の炒め物 ④ キャベツの味噌マヨ和え ⑤ フルーツ(季節)	豚肉、味噌	長ねぎ、玉ねぎ、ちんげん菜 人参、キャベツ、きゅうり 人参、季節のフルーツ	米、じゃが芋、サラダ油 上白糖、エッグケア
	軽食	① しらすおにぎり	しらす干し、かつお節		米
9	木	① 米飯 ② みそ汁(キャベツ・わかめ) ③ 鶏唐ネギソース ④ 白菜の和え物 ⑤ フルーツ(季節)	わかめ、鶏肉	キャベツ、長ねぎ、白菜 人参、季節のフルーツ	米、片栗粉、サラダ油 上白糖
	軽食	① 菜飯おにぎり		菜めし	米
10	金	① 米飯 ② みそ汁(さつま芋・人参) ③ 鮭の照り焼き ④ いんげんの炒め物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌、鮭	人参、いんげん、玉ねぎ もやし、人参 季節のフルーツ	米、さつま芋、サラダ油、油
	軽食	① ポテトフライ			ワイドボート、サラダ油
11	土	① 米飯 ② 清まし汁(わかめ・長ねぎ) ③ カレイの磯辺焼き ④ ブロッコリーのサラダ ⑤ フルーツ(季節)	わかめ カラスかれい	長ねぎ、ブロッコリー きゅうり、人参、あおさ 季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 サラダ油
	軽食	① わかめおにぎり	わかめご飯の素		米
13	月	① 米飯 ② みそ汁(南瓜・長ねぎ) ③ 鶏肉の酢煮 ④ 里芋の海苔あえ ⑤ フルーツ(季節)	鶏肉	かぼちゃ、長ねぎ、人参、あおさ 玉ねぎ、季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 さといも
	軽食	① ゆかりおにぎり		ゆかり	米
14	火	① 米飯 ② みそ汁(豆腐・みつば) ③ 鶏の照り焼き ④ キャベツの青海苔ソテー ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐、鶏肉	糸みつば、キャベツ、人参 玉ねぎ、季節のフルーツ	米、サラダ油、サラダ油
	軽食	① しらすおにぎり	しらす干し、かつお節		米
15	水	① 米飯 ② みそ汁(南瓜・玉ねぎ) ③ カレイの照り焼き ④ 大根の和え物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌、味噌 魚番 カラスかれい	かぼちゃ、玉ねぎ、大根 きゅうり、人参 季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 サラダ油
	軽食	① 菜飯おにぎり		菜めし	米

〈給食予定献立表(三色食品群)〉

城山保育園上石原  
乳幼児食

令和5年3月 軽食・夕食献立表

2023年3月1日(水)～2023年3月31日(金)

日曜日	曜日	料理名	ざいりょう		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類
16	木	① 米飯 ② 清まし汁(豆腐・長ねぎ) ③ さわらの味噌焼き ④ キャベツのお浸し ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐、さわら、味噌	長ねぎ、しょうが、キャベツ 人参、季節のフルーツ	米、上白糖、上白糖
		軽食 ① ポテトフライ			米
17	金	① 米飯 ② みそ汁(小松菜・長ねぎ) ③ 大根と豚肉の煮物 ④ もやしのナムル ⑤ フルーツ(季節)	味噌、豚肉	小松菜、長ねぎ、大根 万能ねぎ、もやし、人参 きゅうり、季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 胡麻油
		軽食 ① わかめおにぎり		わかめ	米
18	土	① 米飯 ② みそ汁(玉ねぎ・しめじ) ③ 厚揚げの炒め物 ④ いんげんの和え物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌、厚揚げ	玉ねぎ、しめじ、玉ねぎ 人参、ピーマン、いんげん 人参、季節のフルーツ	米、サラダ油、片栗粉 上白糖、上白糖
		軽食 ① ゆかりおにぎり		ゆかり	米
20	月	① 米飯 ② 八宝菜 ③ みそ汁(キャベツ・にら) ④ もやしのナムル ⑤ フルーツ(季節)	豚肉、ちくわ	玉ねぎ、人参、キャベツ 白菜、箱、きぬさや キャベツ、にら、もやし 人参、きゅうり 季節のフルーツ	米、片栗粉、油、胡麻油 胡麻油
		軽食 ① ゆかりおにぎり		ゆかり	米
22	水	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・長ねぎ) ③ 豚肉の炒め物 ④ キャベツの味噌マヨ和え ⑤ フルーツ(季節)	豚肉、味噌	長ねぎ、玉ねぎ、ちんげん菜 人参、キャベツ、きゅうり 人参、季節のフルーツ	米、じゃが芋、サラダ油 上白糖、エッグケア
		軽食 ① しらすおにぎり	しらす干し、かつお節		米
23	木	① 米飯 ② みそ汁(キャベツ・わかめ) ③ 鶏唐ネギソース ④ 白菜の和え物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌鶏肉	キャベツ、長ねぎ、白菜、わかめ、のり 人参、季節のフルーツ	米、片栗粉、サラダ油 上白糖
		軽食 ① 菜飯おにぎり		菜めし	米
24	金	① 米飯 ② みそ汁(さつまいも・人参) ③ 鮭の照り焼き ④ いんげんの炒め物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌、鮭	人参、いんげん、玉ねぎ もやし、人参 季節のフルーツ	米、さつまいも、サラダ油、油
		軽食 ① ポテトフライ			米
25	土	① 米飯 ② 清まし汁(わかめ・長ねぎ) ③ カレイの磯辺焼き ④ ブロッコリーのサラダ ⑤ フルーツ(季節)	わかめ 魚骨 カラスかれい あおさ	長ねぎ、ブロッコリー きゅうり、人参 季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 サラダ油
		軽食 ① わかめおにぎり		わかめ	米
27	月	① 米飯 ② みそ汁(南瓜・長ねぎ) ③ 鶏肉の酢煮 ④ 里芋の海苔あえ ⑤ フルーツ(季節)	味噌、鶏肉	かぼちゃ、長ねぎ、人参、あおさ 玉ねぎ、季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 さといも
		軽食 ① ゆかりおにぎり		ゆかり	米
28	火	① 米飯 ② みそ汁(豆腐・みつば) ③ 鶏の照り焼き ④ キャベツの青海苔ソテー ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐、味噌、鶏肉	糸みつば、キャベツ、人参、あおさ 玉ねぎ、季節のフルーツ	米、サラダ油、サラダ油
		軽食 ① しらすおにぎり	しらす干し、かつお節		米
29	水	① 米飯 ② みそ汁(南瓜・玉ねぎ) ③ カレイの照り焼き ④ 大根の和え物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌 カラスかれい	かぼちゃ、玉ねぎ、大根 きゅうり、人参 季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 サラダ油
		軽食 ① 菜飯おにぎり		菜めし	米
30	木	① 豆腐のそぼろ丼 ② みそ汁(さつまいも・玉ねぎ) ③ 胡瓜のおかか和え ④ フルーツ(季節)	絹豆腐、豚肉、味噌 かつお節、しらす干し	人参、干し椎茸、長ねぎ 糸みつば、玉ねぎ、きゅうり 人参、もやし 季節のフルーツ	米、サラダ油、上白糖 片栗粉、さつまいも
		軽食 ① ポテトフライ			米
31	金	① 米飯 ② 清まし汁(豆腐・長ねぎ) ③ さわらの味噌焼き ④ キャベツのお浸し ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐、さわら、味噌	長ねぎ、しょうが、キャベツ 人参、季節のフルーツ	米、上白糖、上白糖
		軽食 ① わかめおにぎり		わかめ	米

献立種類	幼児食			乳児食		
	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
平均栄養価	441 kcal	15.1 g	8.4 g	370 kcal	12.5 g	7.3 g