

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	やさいジュース	2	アシドミルク	3	牛乳	4	豆乳	5	牛乳	6	
昼食	ごはん マーボー豆腐 はるさめの ごま酢和え バナナ		ごはん 豚肉のソースマリネ ブロッコリーの マヨ和え 大根スープ		ごはん とりすき煮 切り干しサラダ 金時豆煮		ごはん 魚のコーンマヨ焼き キャベツの即席漬け さつまいものみそ汁		カレーライス 醤油ドレッシング 和え いちご		焼きそば ジョア	
午後	牛乳 お祝いいちごゼリー		牛乳 ★きな粉トースト		牛乳 焼きドーナツ		牛乳 ビスケット		★フルーチェ ウエハース			
午前	8	やさいジュース	9	豆乳	10	牛乳	11	アシドミルク	12	牛乳	13	
昼食	ごはん 鶏の竜田揚げ ブロッコリーの ごま酢和え 豆腐のみそ汁		わかめごはん 卵とじ煮 みそドレサラダ		ごはん 魚の塩こうじ焼き 糸きりわかめサラダ そうめん汁		ゆかりごはん ポークビーンズ コールスローサラダ いちご		玄米入りごはん ちくわ磯辺揚げ 小松菜のお浸し たけのこのすまし汁		スパゲティ ヨーグルト	
午後	牛乳 せんべい		牛乳 ★マカロニきな粉		ヨーグルト パイ		牛乳 ★黒糖蒸しパン		いちご豆乳 せんべい			
午前	15	牛乳	16	牛乳	17	アシドミルク	18	牛乳	19	豆乳	20	
昼食	食パン ホワイトシチュー ブロッコリーの ツナサラダ 肉団子		ごはん 魚フライ ひじきサラダ 五目スープ		ごはん 松風焼き 和風サラダ すまし汁		ごはん 肉じゃが 揚げ大豆の 小魚がらめ (空星は煮豆) ゆかり和え		たけのこごはん 鶏肉の照り焼き はるいろサラダ 小松菜のみそ汁		ジャージャー麵 ジョア	
午後	お茶 ★おにぎり		牛乳 せんべい		牛乳 ★さくらクッキー		豆乳ココア せんべい		牛乳 ビスケット			
午前	22	アシドミルク	23	牛乳	24	牛乳	25	豆乳	26	やさいジュース	27	
昼食	ごはん 味噌ポトフ マカロニサラダ トマト		ごはん 岩石揚げ (未満児は煮豆) キャベツのごま和え なめこと 豆腐のみそ汁		ごはん 豚肉の生姜焼き スティック野菜 コーンかき玉スープ		玄米入りごはん かぼちゃのそぼろ煮 大豆とツナのサラダ オレンジ		ミートソース スパゲティ マセドアンサラダ わかめのスープ		いなりうどん ヨーグルト	
午後	牛乳 ★豆腐ドーナツ		牛乳 パイ		牛乳 ★豆乳もち(一般児) 米粉マフィン(未満児)		ヨーグルト ウエハース		牛乳 パウムクーヘン			
午前	29		30	豆乳								
昼食	昭和の日		ごはん 鶏肉の マーマレード煮 小松菜のツナ和え じゃがいもと わかめのみそ汁						<div style="border: 1px dashed gray; padding: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・26日は誕生会です。 ・★は手作りおやつです。 </div>			
午後			牛乳 たい焼き									

今月の平均栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
平均値(3歳以上児)	551kcal	21.1g	17.2g	263mg	1.9g
平均値(3歳未満児)	449kcal	17.7g	15.0g	281mg	1.7g