

4月 給食献立表

令和4年

3歳未満児

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	金	ハッシュドビーフ ブロッコリーのサラダ バナナ	ミレービスケット 牛乳 塩せんべい 牛乳	普通牛乳・牛ばら	ミレービスケット・米・マヨネーズ 塩せんべい	たまねぎ・ぶなしめじ・グリーンピース ブロッコリー・きゅうり・スイートコーン バナナ
2	土	コーンピラフ マカロニサラダ しめじと青ネギのすまし汁 清見オレンジ	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・ツナ缶	ミニ野菜スタック・米・マカロニ・スパゲッティ 三温糖・ごま油・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン バナナ・にんじん 青ピーマン・カットわかめ・ぶなしめじ こねぎ・清見オレンジ
4	月	鮭の塩焼き さつまいもの甘露煮 高野豆腐のあつさり煮 春きゃべつと玉ねぎの味噌汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 チーズおにぎり 牛乳	普通牛乳・さけ・高野豆腐・木綿豆腐 油揚げ・米みそ・かつお節 プロセスチーズ	たべっこどうぶつ・さつまいも・三温糖 米	たまねぎ・にんじん・生しいたけ・キャベツ バナナ
5	火	チキンライス ほうれん草のじゃこ和え じゃがコーン キャベツのスープ 清見オレンジ	ミレービスケット 牛乳 たまご蒸しケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・しらす・鶏卵	ミレービスケット・米・三温糖 じゃがいも・ホットケーキミックス 上白糖・無塩バター	たまねぎ・にんじん・さやいんげん ほうれん草・きゅうり・スイートコーン バナナ キャベツ・ぶなしめじ・りょうとうもろやし カットわかめ・清見オレンジ
6	水	肉じゃが マカロニサラダ 小松菜の味噌汁 ごはん いちご	どうぶつビスケット 牛乳 ごまサブレ 牛乳	普通牛乳・牛もも・ツナ缶・米みそ	たべっこどうぶつ・じゃがいも・三温糖 調合油・マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ 米・薄力粉・上白糖・ごま	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・きゅうり 大根・ぶなしめじ・こまつな・カットわかめ いちご
7	木	ミートソーススパゲッティ さつまいものレモン煮 アスパラとブロッコリーのサラダ オニオンスープ 清見オレンジ	ミレービスケット 牛乳 きなこのおはぎ 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・牛ひき肉 バルメザンチーズ・きな粉	ミレービスケット・マカロニ・スパゲッティ 三温糖・薄力粉・調合油・さつまいも 上白糖・マヨネーズ・米・米	にんじん・たまねぎ・トマト缶詰・レモン ブロッコリー・アスパラガス・きゅうり スイートコーン バナナ キャベツ・にんじん・パセリ 清見オレンジ
8	金	さわらのつけやき かぼちゃとひじきの煮物 キャベツのごま和え 豆腐とわかめの味噌汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 カップヨーグルト 牛乳	普通牛乳・餅・絹ごし豆腐・米みそ ヨーグルト	たべっこどうぶつ・三温糖・ごま・米	西洋かぼちゃ・ほしひじき・キャベツ こまつな・にんじん・えのきたけ カットわかめ・刻み昆布・バナナ
9	土	ツナピラフ さっぱりサラスパ かぼちゃと青ネギのすまし汁 清見オレンジ	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・ツナ缶	ミニ野菜スタック・米・マカロニ・スパゲッティ 三温糖・ごま油・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン バナナ・にんじん 青ピーマン・カットわかめ・西洋かぼちゃ ぶなしめじ・こねぎ・清見オレンジ
11	月	はまちの照り焼き ひじきの五目煮 ほうれん草のおひたし じゃがいもの味噌汁 ごはん 清見オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 きなこボンデケーキ 牛乳	普通牛乳・つばす・大豆ドライパック缶 いんげんまめ・米みそ・きな粉	たべっこどうぶつ・三温糖・片栗粉 ごま・じゃがいも・米・白玉粉・上白糖	しょうが・ほしひじき・にんじん・乾しいたけ ほうれん草・りょうとうもろやし・ぶなしめじ たまねぎ・こねぎ・カットわかめ 清見オレンジ
12	火	豆ごはん お肉と新じゃがの煮物 ブロッコリーのおかかあえ ほうれん草のかきたま汁 バナナ	ミレービスケット 牛乳 ジャムがけパンケーキ 牛乳	普通牛乳・豚もも・かつお節・鶏卵 ヨーグルト	ミレービスケット・米・じゃがいも 三温糖・調合油・ホットケーキミックス いちごジャム	グリーンピース・たまねぎ・にんじん さやいんげん・乾しいたけ・ブロッコリー ほうれん草・りょうとうもろやし・ぶなしめじ 刻み昆布・バナナ
13	水	豚肉のしょうがやき 小松菜のおひたし 高野豆腐の卵とじ かぼちゃの味噌汁 ごはん いちご	どうぶつビスケット 牛乳 ぼたぼたやき 牛乳	普通牛乳・豚ロース・鶏卵・高野豆腐 米みそ	たべっこどうぶつ・片栗粉・三温糖 上白糖・米・甘せんべい	たまねぎ・しょうが・こまつな・にんじん きゅうり・乾しいたけ・西洋かぼちゃ りょうとうもろやし・ぶなしめじ・まいたけ こねぎ・いちご
14	木	鮭のレモン焼き 切干大根のカレー煮 鶏さつまいも根菜汁 ごはん バナナ	ミレービスケット 牛乳 きなこ蒸しパン 牛乳	普通牛乳・さけ・鶏ひき肉・絹ごし豆腐 油揚げ・きな粉・鶏卵	ミレービスケット・三温糖・調合油 さつまいも・米・ホットケーキミックス	レモン・切干しいたけ・こん・エリンギ ぶなしめじ・にんじん・青ピーマン・大根 ごぼう・バナナ
15	金	鶏のてりやき ほうれん草のごま和え 大根と厚揚げの煮物 豆乳みそスープ ごはん 清見オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 卵なしクッキー 牛乳	普通牛乳・鶏もも・厚揚げ・米みそ 豆乳	たべっこどうぶつ・片栗粉・ごま 三温糖・じゃがいも・米・薄力粉 上白糖・無塩バター	ほうれん草・りょうとうもろやし・大根 ぶなしめじ・たまねぎ・はくさい・カットわかめ 清見オレンジ
16	土	ねぎ塩チャーハン さつまいもの甘露煮 高野豆腐とえのきのすまし汁 清見オレンジ	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・高野豆腐	ミニ野菜スタック・米・さつまいも 三温糖・クッキー・鉄カルウエハース	こねぎ・にんじん・スイートコーン バナナ えのきたけ・カットわかめ・清見オレンジ
18	月	カラフルピラフ マカロニサラダ 青のりポテト 春キャベツのスープ バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 さつまいもカップケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・ツナ缶・鶏卵	たべっこどうぶつ・米 マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ じゃがいも・さつまいも・無塩バター 上白糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・きゅうり 青のり粉・キャベツ・にんじん・ぶなしめじ カットわかめ・バナナ
19	火	鮭のタンダリー風 かぼちゃのそぼろあん 小松菜のおひたし 豆腐ととうすあげの味噌汁 ごはん 清見オレンジ	ミレービスケット 牛乳 おからマフィン 牛乳	普通牛乳・さけ・ヨーグルト・鶏ひき肉 木綿豆腐・油揚げ・米みそ・おから 鶏卵	ミレービスケット・三温糖・片栗粉・米 マーガリン・上白糖・薄力粉	西洋かぼちゃ・こまつな・にんじん・きゅうり えのきたけ・こねぎ・清見オレンジ
20	水	豆腐のつくね焼き 小松菜と春キャベツのおひたし さつまいものこふさいも 厚揚げとわかめのみそ汁 ごはん いちご	どうぶつビスケット 牛乳 カルピス寒天 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・木綿豆腐 かつお節・厚揚げ・米みそ・カルピス	たべっこどうぶつ・三温糖・片栗粉 さつまいも・米・上白糖	たまねぎ・にんじん・ほしひじき・えだまめ キャベツ・こまつな・にんじん・カットわかめ いちご・粉寒天・みかん缶詰
21	木	さわらのパン粉やき キャベツのナムル 大豆とひじきのサラダ きのこのすまし汁 ごはん バナナ	ミレービスケット 牛乳 ポテトボール 牛乳	普通牛乳・餅・大豆ドライパック缶 ツナ缶・ベーコン	ミレービスケット・パン粉・オリーブ油 三温糖・ごま油・マヨネーズ・米 じゃがいも・片栗粉・調合油	しょうが・キャベツ・りょうとうもろやし ほしひじき・にんじん・きゅうり スイートコーン バナナ えのきたけ・生しいたけ ぶなしめじ・カットわかめ・バナナ・刻みのり
22	金	ポパイオムレット ブロッコリーのおかか和え ラタトゥイユ しめじと揚げの味噌汁 ごはん 清見オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 ちんすこう 牛乳	普通牛乳・鶏卵・木綿豆腐・豚ひき肉 プロセスチーズ・かつお節・ベーコン 油揚げ・米みそ	たべっこどうぶつ・三温糖・米・薄力粉 上白糖・調合油	たまねぎ・ほうれん草・ブロッコリー にんじん・スイートコーン バナナ 西洋かぼちゃ なす・ズッキーニ・トマト缶詰・ぶなしめじ りょうとうもろやし・カットわかめ・清見オレンジ
23	土	ケチャップライス ほうれん草のおひたし 高野豆腐としめじのすまし汁 清見オレンジ	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉・高野豆腐	ミニ野菜スタック・米・三温糖・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・スイートコーン バナナ ほうれん草・ぶなしめじ・カットわかめ 清見オレンジ
25	月	さわらの味噌マヨネーズ焼き 切干大根の煮物 ほうれん草のごま和え 豆腐とわかめの味噌汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 バウムクーヘン 牛乳	普通牛乳・餅・甘みそ・厚揚げ 焼き竹輪・絹ごし豆腐・米みそ	たべっこどうぶつ・マヨネーズ・三温糖 ごま・米・厚切りしりとりバウムクーヘン	切干しいたけ・こん・にんじん・乾しいたけ ほうれん草・りょうとうもろやし・大根 カットわかめ・バナナ
26	火	春色おにぎり ポテトコロッケ ナポリタン フライドポテト 添え(ブロッコリー) 豆腐の味噌汁 いちご	ミレービスケット 牛乳 ロールケーキ 牛乳	普通牛乳・牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 ウィンナー・バルメザンチーズ 絹ごし豆腐・油揚げ・米みそ	ミレービスケット・米・じゃがいも 薄力粉・パン粉・調合油・スパゲッティ オリーブ油・フライドポテト ロールケーキ	スイートコーン バナナ たまねぎ・青ピーマン ブロッコリー・カットわかめ・いちご
27	水	肉かぼちゃ 高野豆腐の含め煮 小松菜のおかか和え 豆腐のかきたま汁 ごはん 清見オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 フレンチトースト 牛乳	普通牛乳・豚もも・高野豆腐 かつお節・鶏卵・木綿豆腐	たべっこどうぶつ・三温糖・調合油・米 食パン・上白糖・無塩バター	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん えだまめ・こまつな・にんじん スイートコーン バナナ えのきたけ・カットわかめ 清見オレンジ
28	木	豆腐カレーライス ほうれん草とツナのサラダ 春雨サラダ バナナ	ミレービスケット 牛乳 ココアクッキー 牛乳	普通牛乳・豚もも・木綿豆腐・ツナ缶 鶏卵	ミレービスケット・じゃがいも・調合油 米・マヨネーズ・はるさめ・三温糖 無塩バター・上白糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース ほうれん草・スイートコーン バナナ きゅうり
30	土	ツナピラフ さっぱりサラスパ かぼちゃと青ネギのすまし汁 清見オレンジ	野菜バー 牛乳 クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	普通牛乳・ツナ缶	ミニ野菜スタック・米・マカロニ・スパゲッティ 三温糖・ごま油・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン バナナ・にんじん 青ピーマン・カットわかめ・西洋かぼちゃ ぶなしめじ・こねぎ・清見オレンジ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
421 kcal	15.5 g	14.3 g	227 mg	1.9 mg	171 μg	0.21 mg	0.32 mg	25 mg

※都合により献立変更がある場合がございます。ご了承ください。

4月 給食献立表

令和4年

3歳以上児

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる
1 金	ハッシュドビーフ ブロッコリーのサラダ バナナ	塩せんべい 牛乳	牛ばら 普通牛乳	米・マヨネーズ・塩せんべい	たまねぎ・ぶなしめじ・グリーンピース ブロッコリー・きゅうり・スイートコーン缶詰 バナナ
2 土	コーンピラフ マカロニサラダ しめじと青ネギのすまし汁 清見オレンジ	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	ツナ缶・普通牛乳	米・マカロニ・スパゲッティ・三温糖・ごま油 クッキー・鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン缶詰・にんじん 青ピーマン・カットわかめ・ぶなしめじ こねぎ・清見オレンジ
4 月	鮭の塩焼き さつまいもの甘露煮 高野豆腐のあつさり煮 春きゃべつと玉ねぎの味噌汁 ごはん バナナ	チーズおにぎり 牛乳	さけ・高野豆腐・木綿豆腐・油揚げ みみそ・かつお節・プロセスチーズ 普通牛乳	さつまいも・三温糖・米	たまねぎ・にんじん・生しいたけ・キャベツ バナナ
5 火	チキンライス ほうれん草のじゃこ和え じゃがコーン キャベツのスープ 清見オレンジ	たまご蒸しケーキ 牛乳	鶏ひき肉・しらす・鶏卵・普通牛乳	米・三温糖・じゃがいも ホットケーキミックス・上白糖 無塩バター	たまねぎ・にんじん・さやいんげん ほうれん草・きゅうり・スイートコーン缶詰 キャベツ・ぶなしめじ・りよくとうもろやし カットわかめ・清見オレンジ
6 水	肉じゃが マカロニサラダ 小松菜の味噌汁 ごはん いちご	ごまサブレ 牛乳	牛もも・ツナ缶・米みそ・普通牛乳	じゃがいも・三温糖・調合油 マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ・米 薄力粉・上白糖・ごま	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・きゅうり 大根・ぶなしめじ・こまつな・カットわかめ いちご
7 木	ミートソーススパゲッティ さつまいものレモン煮 アスパラとブロッコリーのサラダ オニオンスープ 清見オレンジ	きなこのおはぎ 牛乳	豚ひき肉・牛ひき肉 パルメザンチーズ・きな粉・普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・三温糖・薄力粉 調合油・さつまいも・上白糖 マヨネーズ・米・米	にんじん・たまねぎ・トマト缶詰・レモン ブロッコリー・アスパラガス・きゅうり スイートコーン缶詰・キャベツ・にんじん・パセリ 清見オレンジ
8 金	さわらのつけやき かぼちゃとひじきの煮物 キャベツのごま和え 豆腐とわかめの味噌汁 ごはん バナナ	カップヨーグルト 牛乳	鯖・絹ごし豆腐・米みそ・ヨーグルト 普通牛乳	三温糖・ごま・米	西洋かぼちゃ・ほしひじき・キャベツ こまつな・にんじん・えのきたけ カットわかめ・刻み昆布・バナナ
9 土	ツナピラフ さつぱりサラスパ かぼちゃと青ネギのすまし汁 清見オレンジ	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	ツナ缶・普通牛乳	米・マカロニ・スパゲッティ・三温糖・ごま油 クッキー・鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン缶詰・にんじん 青ピーマン・カットわかめ・西洋かぼちゃ ぶなしめじ・こねぎ・清見オレンジ
11 月	はまの照り焼き ひじきの五目煮 ほうれん草のおひたし じゃがいもの味噌汁 ごはん 清見オレンジ	きなこパンケーキ 牛乳	つぶす・大豆ドライパック缶 いんげんまめ・米みそ・きな粉 普通牛乳	三温糖・片栗粉・ごま・じゃがいも・米 白玉粉・上白糖	しょうが・ほしひじき・にんじん・乾しいたけ ほうれん草・りよくとうもろやし・ぶなしめじ たまねぎ・こねぎ・カットわかめ 清見オレンジ
12 火	豆ごはん お肉と新じゃがの煮物 ブロッコリーのおかかあえ ほうれん草のかきたま汁 バナナ	ジャムがけパンケーキ 牛乳	豚もも・かつお節・鶏卵・ヨーグルト 普通牛乳	米・じゃがいも・三温糖・調合油 ホットケーキミックス・いちごジャム	グリーンピース・たまねぎ・にんじん さやいんげん・乾しいたけ・ブロッコリー ほうれん草・りよくとうもろやし・ぶなしめじ 刻み昆布・バナナ
13 水	豚肉のしょうがやき 小松菜のおひたし 高野豆腐の卵とじ かぼちゃの味噌汁 ごはん いちご	ぼたぼたやき 牛乳	豚ロース・鶏卵・高野豆腐・米みそ 普通牛乳	片栗粉・三温糖・上白糖・米 甘辛せんべい	たまねぎ・しょうが・こまつな・にんじん きゅうり・乾しいたけ・西洋かぼちゃ りよくとうもろやし・ぶなしめじ・まいたけ こねぎ・いちご
14 木	鮭のレモン焼き 切干大根のカレー煮 鶏さつま 根菜汁 ごはん バナナ	きなこ蒸しパン 牛乳	さけ・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・油揚げ きな粉・普通牛乳・鶏卵	三温糖・調合油・さつまいも・米 ホットケーキミックス	レモン・切干しだいこん・エリンギ ぶなしめじ・にんじん・青ピーマン・大根 ごぼう・バナナ
15 金	鶏のてりやき ほうれん草のごま和え 大根と厚揚げの煮物 豆乳みそスープ ごはん 清見オレンジ	卵なしクッキー 牛乳	鶏もも・厚揚げ・米みそ・豆乳 普通牛乳	片栗粉・ごま・三温糖・じゃがいも・米 薄力粉・上白糖・無塩バター	ほうれん草・りよくとうもろやし・大根 ぶなしめじ・たまねぎ・はくさい・カットわかめ 清見オレンジ
16 土	ねぎ塩チャーハン さつまいもの甘露煮 高野豆腐とえのきのすまし汁 清見オレンジ	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	豚ひき肉・高野豆腐・普通牛乳	米・さつまいも・三温糖・クッキー 鉄カルウエハース	こねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰 えのきたけ・カットわかめ・清見オレンジ
18 月	カラフルピラフ マカロニサラダ 青のりポテト 春キャベツのスープ バナナ	さつまいもカップケーキ 牛乳	鶏ひき肉・ツナ缶・鶏卵・普通牛乳	米・マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ じゃがいも・さつまいも・無塩バター 上白糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・きゅうり 青のり粉・キャベツ・にんじん・ぶなしめじ カットわかめ・バナナ
19 火	鮭のタンダー風 かぼちゃのそぼろあん 小松菜のおひたし 豆腐とうすあげの味噌汁 ごはん 清見オレンジ	おからマフィン 牛乳	さけ・ヨーグルト・鶏ひき肉・木綿豆腐 油揚げ・米みそ・おから・鶏卵 普通牛乳	三温糖・片栗粉・米・マーガリン 上白糖・薄力粉	西洋かぼちゃ・こまつな・にんじん・きゅうり えのきたけ・こねぎ・清見オレンジ
20 水	豆腐のつくね焼き 小松菜と春キャベツのおひたし さつまいものこふきいも 厚揚げとわかめのみそ汁 ごはん いちご	カルピス寒天 牛乳	鶏ひき肉・木綿豆腐・かつお節 厚揚げ・米みそ・カルピス・普通牛乳	三温糖・片栗粉・さつまいも・米 上白糖	たまねぎ・にんじん・ほしひじき・えだまめ キャベツ・こまつな・にんじん・カットわかめ いちご・粉寒天・みかん缶詰
21 木	さわらのパン粉やき キャベツのナムル 大豆とひじきのサラダ きのこのすまし汁 ごはん バナナ	ポテトボール 牛乳	鯖・大豆ドライパック缶・ツナ缶 ベーコン・普通牛乳	パン粉・オリーブ油・三温糖・ごま油 マヨネーズ・米・じゃがいも・片栗粉 調合油	しょうが・キャベツ・りよくとうもろやし ほしひじき・にんじん・きゅうり スイートコーン缶詰・えのきたけ・生しいたけ ぶなしめじ・カットわかめ・バナナ・刻みのり
22 金	ポパイオムレツ ブロッコリーのおかか和え ラタトゥイユ しめじと揚げの味噌汁 ごはん 清見オレンジ	ちんすこう 牛乳	鶏卵・木綿豆腐・豚ひき肉 プロセスチーズ・かつお節・ベーコン 油揚げ・米みそ・普通牛乳	三温糖・米・薄力粉・上白糖・調合油	たまねぎ・ほうれん草・ブロッコリー にんじん・スイートコーン缶詰・西洋かぼちゃ なす・ズッキーニ・トマト缶詰・ぶなしめじ りよくとうもろやし・カットわかめ・清見オレンジ
23 土	ケチャップライス ほうれん草のおひたし 高野豆腐としめじのすまし汁 清見オレンジ	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	豚ひき肉・高野豆腐・普通牛乳	米・三温糖・クッキー 鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰 ほうれん草・ぶなしめじ・カットわかめ 清見オレンジ
25 月	さわらの味噌マヨネーズ焼き 切干大根の煮物 ほうれん草のごま和え 豆腐とわかめの味噌汁 ごはん バナナ	バウムクーヘン 牛乳	鯖・甘みそ・厚揚げ・焼き竹輪 絹ごし豆腐・米みそ・普通牛乳	マヨネーズ・三温糖・ごま・米 厚切りしつとりバウムクーヘン	切干しだいこん・にんじん・乾しいたけ ほうれん草・りよくとうもろやし・大根 カットわかめ・バナナ
26 火	春色おにぎり ポテトロッケ ナポリタン フライドポテト 添え(ブロッコリー) 豆腐の味噌汁 いちご	デコレーションケーキ 牛乳	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・ウインナー パルメザンチーズ・絹ごし豆腐 油揚げ・米みそ・普通牛乳	米・じゃがいも・薄力粉・パン粉 調合油・スパゲッティ・オリーブ油 フライドポテト・ホールケーキ	スイートコーン缶詰・たまねぎ・青ピーマン ブロッコリー・カットわかめ・いちご
27 水	肉かぼちゃ 高野豆腐の含め煮 小松菜のおかか和え 豆腐のかきたま汁 ごはん 清見オレンジ	フレンチトースト 牛乳	豚もも・高野豆腐・かつお節・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳	三温糖・調合油・米・食パン・上白糖 無塩バター	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん えだまめ・こまつな・にんじん スイートコーン缶詰・えのきたけ・カットわかめ 清見オレンジ
28 木	豆腐カレーライス ほうれん草とツナのサラダ 春雨サラダ バナナ	ココアクッキー 牛乳	豚もも・木綿豆腐・ツナ缶・鶏卵 普通牛乳	じゃがいも・調合油・米・マヨネーズ はるさめ・三温糖・無塩バター・上白糖 薄力粉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース ほうれん草・スイートコーン缶詰・パプリカ きゅうり・バナナ
30 土	ツナピラフ さつぱりサラスパ かぼちゃと青ネギのすまし汁 清見オレンジ	クッキー 鉄カルウエハース 牛乳	ツナ缶・普通牛乳	米・マカロニ・スパゲッティ・三温糖・ごま油 クッキー・鉄カルウエハース	たまねぎ・スイートコーン缶詰・にんじん 青ピーマン・カットわかめ・西洋かぼちゃ ぶなしめじ・こねぎ・清見オレンジ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
495 kcal	19.2 g	16.3 g	307 mg	2.7 mg	216 μg	0.27 mg	0.41 mg	29 mg

※都合により献立変更がある場合がございます。ご了承ください。