

5月 給食献立表

平成30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:調子をとのえる
1 火	鶏ごぼうごはん 鱈の塩焼き かぼちゃのほうとう風 バナナ	ビスコ 牛乳 クッキー 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・さわら・豚ばら 油揚げ・米みそ	ビスコ・ごま・米・干しうどん・クッキー	ほしひじき・ごぼう・西洋かぼちゃ・にんじん ぶなしめじ・たまねぎ・ほうれんそう・バナナ
2 水	チキンカレー キャベツとツナのサラダ ごはん ジョナゴールド	どうぶつビスケット 牛乳 リッツサンド 牛乳	普通牛乳・鶏もも・ツナ缶 プロセスチーズ	どうぶつビスケット・じゃがいも マヨネーズ・米・リッツクラッカー いちごジャム	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・なす トマト缶詰・キャベツ・きゅうり スイートコーン缶詰・ジョナゴールド
7 月	チキンピカタ ひじきと大豆の煮物 ツナじゃが 大根の味噌汁 ごはん ジョナゴールド	ビスコ 牛乳 ほうれん草マフィン 牛乳	普通牛乳・鶏むね・鶏卵 大豆ドライバック缶・厚揚げ・ツナ缶 木綿豆腐・米みそ	ビスコ・薄力粉・オリーブ油・三温糖 じゃがいも・米・ホットケーキミックス 上白糖・無塩バター	ほしひじき・にんじん・大根・ごぼう ほうれんそう・ジョナゴールド・ほうれんそう
8 火	かんぱちのネギソース焼き 鶏さつまいも 小松菜ともやしの和え物 きのこの味噌汁 ごはん オレンジ	どうぶつビスケット 牛乳 カルピスゼリー 牛乳	普通牛乳・かんぱち・鶏ひき肉 さつまいも・米みそ・カルピス	どうぶつビスケット・ごま・さつまいも 三温糖・米・上白糖	長ねぎ・しょうが・こまつな・りょうとうもやし にんじん・塩昆布・ぶなしめじ・えのきたけ 西洋かぼちゃ・たまねぎ・カットわかめ オレンジ・寒天
9 水	切干大根入りの卵焼き チンゲン菜のおひたし マカロニソテー 豆腐ともやしのスープ ごはん バナナ	ビスコ 牛乳 いり豆クッキー 牛乳	普通牛乳・鶏卵・鶏ひき肉 パルメザンチーズ・木綿豆腐・だいず	ビスコ・三温糖・マカロニ・米 無塩バター・上白糖・薄力粉・調合油	切干しいたけ・たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・チンゲンサイ・きゅうり えのきたけ・青ピーマン・りょうとうもやし にら・エリンギ・バナナ
10 木	チキンライス ビーマンの肉詰め 粉ふきいも 添え野菜(プチトマト) キャベツのスープ いちご	どうぶつビスケット 牛乳 ロールケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏むね・牛ひき肉 豚ひき肉・鶏卵・絹ごし豆腐	どうぶつビスケット・米・パン粉・薄力粉 じゃがいも・ロールケーキ	たまねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰 青ピーマン・ミニトマト・にら・キャベツ 生しいたけ・にんじん・いちご
11 金	トマト肉じゃが そうめんサラダ 添え野菜(ブロッコリー・チーズ) 高野豆腐の味噌汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 オレンジピザ 牛乳	普通牛乳・牛ばら・ロースハム キャンディーチーズ・高野豆腐 油揚げ・米みそ・クリームチーズ	ビスコ・じゃがいも・三温糖・そうめん マヨネーズ・米・食パン・マーマレード	トマト・たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり ブロッコリー・えのきたけ・カットわかめ オレンジ
12 土	クリームスパゲティ キャベツのおかかあえ さつまいもの甘煮 バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 クッキー 牛乳	普通牛乳・鶏もも・かつお節	どうぶつビスケット・マカロニ・スパゲティ 有塩バター・薄力粉・三温糖 さつまいも・クッキー	たまねぎ・ほうれんそう・マッシュルーム キャベツ・きゅうり・にんじん・バナナ
14 月	はまのちの照り焼き 春雨の酢の物 五目大豆 じゃがいもの味噌汁 ごはん ジョナゴールド	ビスコ 牛乳 りんごゼリー 牛乳	普通牛乳・ハマチ切り身・ロースハム 鶏卵・鶏もも・大豆ドライバック缶 米みそ	ビスコ・三温糖・はるさめ・ごま油 じゃがいも・米・グラニュー糖	きゅうり・にんじん・乾しいたけ・ほしひじき にんじん・さやいんげん・たまねぎ・なす こまつな・ジョナゴールド・りんご飲料・寒天
15 火	サクラマスのレモン焼き ひじきのゴマドレッシング和え かぼちゃのそぼろ煮 小松菜のすまし汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 黒糖蒸しパン 牛乳	普通牛乳・さくらます・ツナ缶 鶏ひき肉・木綿豆腐・鶏卵	どうぶつビスケット・三温糖・ごま・米 ホットケーキミックス・黒砂糖	レモン・しょうが・ほしひじき・キャベツ アスパラガス・西洋かぼちゃ・こまつな たまねぎ・にんじん・えのきたけ・バナナ
16 水	ぎせい豆腐 小松菜のじゃこ和え コロコロトマト和え 鶏ごぼう汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 あずきクッキー 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐・豚ひき肉・鶏卵 しらす干し・鶏むね・油揚げ・米みそ ゆで小豆缶詰	ビスコ・三温糖・オリーブ油・米 薄力粉・無塩バター・上白糖	ほしひじき・にんじん・乾しいたけ・こまつな キャベツ・トマト・スイートコーン缶詰・ごぼう 大根・こねぎ・オレンジ
17 木	大豆ナゲット 三色ナムル 切り干し大根の洋風煮 かぼちゃの味噌汁 ごはん ジョナゴールド	どうぶつビスケット 牛乳 オレンジピザ 牛乳	普通牛乳・大豆ドライバック缶・鶏卵 鶏ひき肉・ベーコン・厚揚げ・米みそ クリームチーズ	どうぶつビスケット・かたくり粉・調合油 ごま・ごま油・三温糖・米・食パン マーマレード	しょうが・ほうれんそう・にんじん りょうとうもやし・切干しいたけ・にんじん・キャベツ たまねぎ・にんじん・西洋かぼちゃ カットわかめ・ジョナゴールド
18 金	ポークチャップ きゅうりの酢和え かぼちゃの煮物 なすの味噌汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 抹茶きな粉もち 牛乳	普通牛乳・豚かたろース・木綿豆腐 米みそ・きな粉	ビスコ・かたくり粉・三温糖・ごま油・米 白玉粉	たまねぎ・乾しいたけ・きゅうり・キャベツ りょうとうもやし・にんじん・刻みのり 西洋かぼちゃ・えだまめ・なす・カットわかめ オレンジ
19 土	三色丼ぶり 切干大根の煮物 キャベツとじゃがいもの味噌汁 バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 クッキー 牛乳	普通牛乳・鶏ひき肉・鶏卵・厚揚げ 焼き竹輪・油揚げ・米みそ	どうぶつビスケット・三温糖・調合油 米・じゃがいも・クッキー	しょうが・ほうれんそう・切干しいたけ にんじん・乾しいたけ・キャベツ・たまねぎ カットわかめ・バナナ
21 月	鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーと卵のサラダ 大根とツナの煮物 じゃがいもと玉ねぎの味噌汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 ヨーグルトケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏もも・鶏卵・ツナ缶 米みそ・ヨーグルト	ビスコ・マーマレード・マヨネーズ 三温糖・じゃがいも・米・薄力粉 上白糖・調合油	ブロッコリー・きゅうり・大根・たまねぎ にんじん・ぶなしめじ・オレンジ・レモン
22 火	サワラの野菜あんかけ ブロッコリーのチーズ焼き 青のりポテト ふの味噌汁 ごはん ジョナゴールド	どうぶつビスケット 牛乳 ゴマラスク 牛乳	普通牛乳・鱈・パルメザンチーズ 油揚げ・米みそ	どうぶつビスケット・三温糖・かたくり粉 薄力粉・調合油・じゃがいも・おつゆ麩 米・食パン・無塩バター・上白糖・ごま	たまねぎ・にんじん・青ピーマン たけのこ水煮・ブロッコリー・青のり粉 ほうれんそう・なす・カットわかめ ジョナゴールド
23 水	千草焼き ひじきとさつまいもの煮物 きんぴらごぼう 豆腐の味噌汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 いり豆クッキー 牛乳	普通牛乳・鶏卵・鶏ひき肉 大豆ドライバック缶・絹ごし豆腐 だいず	ビスコ・さつまいも・三温糖・ごま ごま油・米・無塩バター・上白糖 薄力粉・調合油	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・えだまめ 青のり粉・ほしひじき・ごぼう・にんじん 青ピーマン・えのきたけ・カットわかめ・大根 オレンジ
24 木	豚肉と豆腐の甘辛煮 ブロッコリーとキャベツのサラダ もやしとハムのマヨネーズ炒め 大根の味噌汁 ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 チョコチップクッキー 牛乳	普通牛乳・豚ばら・高野豆腐・ツナ缶 ロースハム・油揚げ・米みそ・鶏卵	どうぶつビスケット・三温糖・マヨネーズ 米・薄力粉・無塩バター・上白糖 ミルクチョコレート	えだまめ・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー キャベツ・りょうとうもやし・大根・ぶなしめじ こねぎ・バナナ
25 金	まぐろの酢豚風 ほうれん草のおひたし かぼちゃのいとこ煮 かき玉汁 ごはん ジョナゴールド	ビスコ 牛乳 カルピスゼリー 牛乳	普通牛乳・まぐろ・かつお節・あずき 鶏卵・カルピス	ビスコ・かたくり粉・調合油・三温糖・米 上白糖	しょうが・たまねぎ・パプリカ・パプリカ エリンギ・ほうれんそう・にんじん・キャベツ 西洋かぼちゃ・ぶなしめじ・えのきたけ カットわかめ・ジョナゴールド・寒天
26 土	クリームスパゲティ キャベツのおかかあえ かぼちゃの甘煮 バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 クッキー 牛乳	普通牛乳・鶏もも・かつお節	どうぶつビスケット・マカロニ・スパゲティ 有塩バター・薄力粉・三温糖・クッキー	たまねぎ・ほうれんそう・マッシュルーム キャベツ・きゅうり・にんじん・西洋かぼちゃ バナナ
28 月	みそ焼きチキン 和風スパゲティ ポテトサラダ ほうれん草と豆腐のすまし汁 ごはん ジョナゴールド	ビスコ 牛乳 紅茶ケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏もも・甘みそ・しらす干し 絹ごし豆腐・鶏卵	ビスコ・スパゲティ・オリーブ油 じゃがいも・マヨネーズ・米 グラニュー糖・薄力粉・無塩バター	しそ・ぶなしめじ・にんじん・きゅうり スイートコーン缶詰・ほうれんそう・にんじん たけのこ水煮・ジョナゴールド
29 火	サクラマスのカレーフライ 温野菜ドレッシング和え かぼちゃのバター煮 春キャベツのスープ ごはん バナナ	どうぶつビスケット 牛乳 みかんゼリー 牛乳	普通牛乳・さくらます・鶏卵	どうぶつビスケット・薄力粉・パン粉 調合油・オリーブ油・三温糖 有塩バター・米・上白糖	ブロッコリー・カリフラワー・にんじん スイートコーン缶詰・西洋かぼちゃ・キャベツ たまねぎ・ぶなしめじ・カットわかめ・バナナ みかん飲料・寒天
30 水	すき焼き風煮 さつまいものレモン煮 添え野菜(プチトマト、キャンディーチーズ) キャベツの味噌汁 ごはん オレンジ	ビスコ 牛乳 抹茶きな粉もち 牛乳	普通牛乳・牛ばら・焼き豆腐 キャンディーチーズ・油揚げ・米みそ きな粉	ビスコ・三温糖・さつまいも・上白糖 有塩バター・米・白玉粉	はくさい・にんじん・生しいたけ・長ねぎ レモン・ミニトマト・キャベツ・大根 カットわかめ・オレンジ
31 木	ほうれん草スパニッシュオムレツ ひき肉となすのトマト煮 ブロッコリーのごま和え ホタテとレタスのスープ ごはん ジョナゴールド	どうぶつビスケット 牛乳 チョコチップクッキー 牛乳	普通牛乳・鶏卵・プロセスチーズ 牛ひき肉・豚ひき肉・ほたてがし	どうぶつビスケット・有塩バター 三温糖・ごま・米・無塩バター グラニュー糖・薄力粉	ほうれんそう・たまねぎ・エリンギ・なす トマト缶詰・ブロッコリー・生しいたけ・レタス こねぎ・ジョナゴールド

☆ 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
416 kcal	16.0 g	14.5 g	205 mg	1.4 mg	161 μg	0.17 mg	0.32 mg	23 mg



5月 給食献立表

平成30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 火	鶏ごぼうごはん 鱈の塩焼き かぼちゃのほうとう風 バナナ	クッキー 牛乳	鶏ひき肉・さわら・豚ばら・油揚げ 米みそ・普通牛乳	ごま・米・干しうどん・クッキー	ほしひじき・ごぼう・西洋かぼちゃ・にんじん ぶなしめじ・たまねぎ・ほうれんそう・バナナ
2 水	チキンカレー キャベツとツナのサラダ ごはん ジョナゴールド	リッツサンド 牛乳	鶏もも・ツナ缶・プロセスチーズ 普通牛乳	じゃがいも・マヨネーズ・米 リッツクラッカー・いちごジャム	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・なす トマト缶詰・キャベツ・きゅうり スイートコーン缶詰・ジョナゴールド
7 月	チキンピカタ ひじきと大豆の煮物 ツナじゃが 大根の味噌汁 ごはん ジョナゴールド	ほうれん草マフィン 牛乳	鶏むね・鶏卵・大豆ドライバック缶 厚揚げ・ツナ缶・木綿豆腐・米みそ 普通牛乳	薄力粉・オリーブ油・三温糖 じゃがいも・米・ホットケーキミックス 上白糖・無塩バター	ほしひじき・にんじん・大根・ごぼう ほうれんそう・ジョナゴールド・ほうれんそう
8 火	かんぱちのネギソース焼き 鶏さつまいも 小松菜ともやしの和え物 きのこの味噌汁 ごはん オレンジ	カルピスゼリー 牛乳	かんぱち・鶏ひき肉・さつまいも 米みそ・カルピス・普通牛乳	ごま・さつまいも・三温糖・米・上白糖	長ねぎ・しょうが・こまつなり・よくとうもろやし にんじん・塩昆布・ぶなしめじ・えのきたけ 西洋かぼちゃ・たまねぎ・カットわかめ オレンジ・寒天
9 水	切干大根入りの卵焼き チンゲン菜のおひたし マカロニソテー 豆腐ともやしのスープ ごはん バナナ	いり豆クッキー 牛乳	鶏卵・鶏ひき肉・バルメザンチーズ 木綿豆腐・だいず・普通牛乳	三温糖・マカロニ・米・無塩バター 上白糖・薄力粉・調合油	切干しだいこん・たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・チンゲンサイ・きゅうり えのきたけ・青ピーマン・りよくとうもろやし にら・エリンギ・バナナ
10 木	チキンライス ピーマンの肉詰め 粉ふきいも 添え野菜(ブチトマト) キャベツのスープ いちご	ロールケーキ 牛乳	鶏むね・牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 絹ごし豆腐・普通牛乳	米・パン粉・薄力粉・じゃがいも ロールケーキ	たまねぎ・にんじん・スイートコーン 缶詰 青ピーマン・ミニトマト・にら・キャベツ 生しいたけ・にんじん・いちご
11 金	トマト肉じゃが そうめんサラダ 添え野菜(ブロッコリー・チーズ) 高野豆腐の味噌汁 ごはん オレンジ	オレンジピザ 牛乳	牛ばら・ロースハム キャンディーチーズ・高野豆腐 油揚げ・米みそ・クリームチーズ 普通牛乳	じゃがいも・三温糖・そうめん マヨネーズ・米・食パン・マーマレード	トマト・たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり ブロッコリー・えのきたけ・カットわかめ オレンジ
12 土	クリームスパゲティ キャベツのおかあえ さつまいもの甘煮 バナナ	クッキー 牛乳	鶏もも・普通牛乳・かつお節	マカロニ・スパゲティ・有塩バター・薄力粉 三温糖・さつまいも・クッキー	たまねぎ・ほうれんそう・マッシュルーム キャベツ・きゅうり・にんじん・バナナ
14 月	はまのちの照り焼き 春雨の酢の物 五目大豆 じゃがいもの味噌汁 ごはん ジョナゴールド	りんごゼリー 牛乳	ハマチ切り身・ロースハム・鶏卵 鶏もも・大豆ドライバック缶・米みそ 普通牛乳	三温糖・はるさめ・ごま油・じゃがいも 米・グラニュー糖	きゅうり・にんじん・乾しいたけ・ほしひじき にんじん・さやいんげん・たまねぎ・なす こまつなり・ジョナゴールド・りんご飲料・寒天
15 火	サクランボのレモン焼き ひじきのゴマドレッシング和え かぼちゃのそぼろ煮 小松菜のすまし汁 ごはん バナナ	黒糖蒸しパン 牛乳	さくらます・ツナ缶・鶏ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・普通牛乳	三温糖・ごま・米・ホットケーキミックス 黒砂糖	レモン・しょうが・ほしひじき・キャベツ アスパラガス・西洋かぼちゃ・こまつなり たまねぎ・にんじん・えのきたけ・バナナ
16 水	ぎせい豆腐 小松菜のじゃこ和え コロコロトマト和え 鶏ごぼう汁 ごはん オレンジ	あずきクッキー 牛乳	木綿豆腐・豚ひき肉・鶏卵・しらす干し 鶏むね・油揚げ・米みそ ゆで小豆缶詰・普通牛乳	三温糖・オリーブ油・米・薄力粉 無塩バター・上白糖	ほしひじき・にんじん・乾しいたけ・こまつなり キャベツ・トマト・スイートコーン缶詰・ごぼう 大根・こねぎ・オレンジ
17 木	大豆ナゲット 三色ナムル 切り干し大根の洋風煮 かぼちゃの味噌汁 ごはん ジョナゴールド	オレンジピザ 牛乳	大豆ドライバック缶・鶏卵・鶏ひき肉 ベーコン・厚揚げ・米みそ クリームチーズ・普通牛乳	かたくり粉・調合油・ごま・ごま油 三温糖・米・食パン・マーマレード	しょうが・ほうれんそう・にんじん りよくとうもろやし・切干しだいこん・キャベツ たまねぎ・にんじん・西洋かぼちゃ カットわかめ・ジョナゴールド
18 金	ポークチャップ きゅうりの酢和え かぼちゃの煮物 なすの味噌汁 ごはん オレンジ	抹茶きな粉もち 牛乳	豚かたろース・木綿豆腐・米みそ きな粉・普通牛乳	かたくり粉・三温糖・ごま油・米・白玉粉	たまねぎ・乾しいたけ・きゅうり・キャベツ りよくとうもろやし・にんじん・刻みのみり 西洋かぼちゃ・えだまめ・なす・カットわかめ オレンジ
19 土	三色丼ぶり 切干大根の煮物 キャベツとじゃがいもの味噌汁 バナナ	クッキー 牛乳	鶏ひき肉・鶏卵・厚揚げ・焼き竹輪 油揚げ・米みそ・普通牛乳	三温糖・調合油・米・じゃがいも クッキー	しょうが・ほうれんそう・切干しだいこん にんじん・乾しいたけ・キャベツ・たまねぎ カットわかめ・バナナ
21 月	鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーと卵のサラダ 大根とツナの煮物 じゃがいもと玉ねぎの味噌汁 ごはん オレンジ	ヨーグルトケーキ 牛乳	鶏もも・鶏卵・ツナ缶・米みそ ヨーグルト・普通牛乳	マーマレード・マヨネーズ・三温糖 じゃがいも・米・薄力粉・上白糖 調合油	ブロッコリー・きゅうり・大根・たまねぎ にんじん・ぶなしめじ・オレンジ・レモン
22 火	サワラの野菜あんかけ ブロッコリーのチーズ焼き 青のりポテト ふの味噌汁 ごはん ジョナゴールド	ゴマラスク 牛乳	鱈・バルメザンチーズ・油揚げ・米みそ 普通牛乳	三温糖・かたくり粉・薄力粉・調合油 じゃがいも・おつゆ麩・米・食パン 無塩バター・上白糖・ごま	たまねぎ・にんじん・青ピーマン たけのこ水煮・ブロッコリー・青のり粉 ほうれんそう・なす・カットわかめ ジョナゴールド
23 水	千草焼き ひじきとさつまいもの煮物 きんぴらごぼう 豆腐の味噌汁 ごはん オレンジ	いり豆クッキー 牛乳	鶏卵・鶏ひき肉・大豆ドライバック缶 絹ごし豆腐・だいず・普通牛乳	さつまいも・三温糖・ごま・ごま油・米 無塩バター・上白糖・薄力粉・調合油	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・えだまめ 青のり粉・ほしひじき・ごぼう・にんじん 青ピーマン・えのきたけ・カットわかめ・大根 オレンジ
24 木	豚肉と豆腐の甘辛煮 ブロッコリーとキャベツのサラダ もやしとハムのマヨネーズ炒め 大根の味噌汁 ごはん バナナ	チョコチップクッキー 牛乳	豚ばら・高野豆腐・ツナ缶・ロースハム 油揚げ・米みそ・鶏卵・普通牛乳	三温糖・マヨネーズ・米・薄力粉 無塩バター・上白糖 ミルクチョコレート	えだまめ・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー キャベツ・りよくとうもろやし・大根・ぶなしめじ こねぎ・バナナ
25 金	まぐろの酢豚風 ほうれん草のおひたし かぼちゃのいとこ煮 かき玉汁 ごはん ジョナゴールド	カルピスゼリー 牛乳	まぐろ・かつお節・あずき・鶏卵 カルピス・普通牛乳	かたくり粉・調合油・三温糖・米 上白糖	しょうが・たまねぎ・パプリカ・パプリカ エリンギ・ほうれんそう・にんじん・キャベツ 西洋かぼちゃ・ぶなしめじ・えのきたけ カットわかめ・ジョナゴールド・寒天
26 土	クリームスパゲティ キャベツのおかあえ かぼちゃの甘煮 バナナ	クッキー 牛乳	鶏もも・普通牛乳・かつお節	マカロニ・スパゲティ・有塩バター・薄力粉 三温糖・クッキー	たまねぎ・ほうれんそう・マッシュルーム キャベツ・きゅうり・にんじん・西洋かぼちゃ バナナ
28 月	みそ焼きチキン 和風スパゲティ ポテトサラダ ほうれん草と豆腐のすまし汁 ごはん ジョナゴールド	紅茶ケーキ 牛乳	鶏もも・甘みそ・しらす干し 絹ごし豆腐・鶏卵・普通牛乳	スパゲティ・オリーブ油・じゃがいも マヨネーズ・米・グラニュー糖・薄力粉 無塩バター	しそ・ぶなしめじ・にんじん・きゅうり スイートコーン 缶詰・ほうれんそう・にんじん たけのこ水煮・ジョナゴールド
29 火	サクランボのカレーフライ 温野菜ドレッシング和え かぼちゃのバター煮 春キャベツのスープ ごはん バナナ	みかんゼリー 牛乳	さくらます・鶏卵・普通牛乳	薄力粉・パン粉・調合油・オリーブ油 三温糖・有塩バター・米・上白糖	ブロッコリー・カリフラワー・にんじん スイートコーン 缶詰・西洋かぼちゃ・キャベツ たまねぎ・ぶなしめじ・カットわかめ・バナナ みかん飲料・寒天
30 水	すき焼き風煮 さつまいものレモン煮 添え野菜(ブチトマト・キャンディーチーズ) キャベツの味噌汁 ごはん オレンジ	抹茶きな粉もち 牛乳	牛ばら・焼き豆腐・キャンディーチーズ 油揚げ・米みそ・きな粉・普通牛乳	三温糖・さつまいも・上白糖 有塩バター・米・白玉粉	はくさい・にんじん・生しいたけ・長ねぎ レモン・ミニトマト・キャベツ・大根 カットわかめ・オレンジ
31 木	ほうれん草スパニッシュオムレツ ひき肉となすのトマト煮 ブロッコリーのごま和え ホタテとレタスのスープ ごはん ジョナゴールド	チョコチップケーキ 牛乳	鶏卵・プロセスチーズ・牛ひき肉 豚ひき肉・はたてがし・普通牛乳	有塩バター・三温糖・ごま・米 無塩バター・グラニュー糖・薄力粉	ほうれんそう・たまねぎ・エリンギ・なす トマト缶詰・ブロッコリー・生しいたけ・レタス こねぎ・ジョナゴールド

☆ 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
519 kcal	19.7 g	18.6 g	257 mg	1.6 mg	201 μg	0.22 mg	0.41 mg	27 mg

