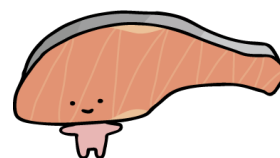


	(月) 14・28	(火) 1・15・29	(水) 2・16・30	(木) 17	(金) 4・18	(土) 5・19
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・パンブキンスープ</li> <li>スープの素 牛乳</li> <li>・鮭含め煮</li> <li>鮭 しょうゆ 片栗粉</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・キャベツコンソメ煮</li> <li>キャベツ 玉葱 鶏ミンチ</li> <li>コーン コンソメ 人参</li> <li>さとう しょうゆ</li> <li>・かぼちゃ含め煮</li> <li>かぼちゃ しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉うどん</li> <li>ゆでうどん 豚肉</li> <li>玉葱 人参 じゃが芋</li> <li>みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・豆腐煮</li> <li>豆腐 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・ほうれん草煮</li> <li>ほうれん草 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・さつま芋煮</li> <li>さつま芋 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>しょうゆ おつゆ麩</li> <li>だし昆布 だしかつお</li> <li>・肉じゃが</li> <li>牛肉 じゃが芋 人参</li> <li>玉葱 しょうゆ さとう</li> <li>だし昆布 だしかつお</li> <li>・ブロッコリー煮</li> <li>ブロッコリー</li> <li>しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉うどん</li> <li>ゆでうどん 豚肉</li> <li>玉葱 人参 じゃが芋</li> <li>みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・鶏肉のおろし煮</li> <li>鶏もも肉 大根おろし</li> <li>青葱 さとう しょうゆ</li> <li>かつおだし</li> <li>・人参スティック</li> <li>人参 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・さつま芋煮</li> <li>さつま芋 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・豚汁</li> <li>豚肉 大根 人参</li> <li>味噌 だし昆布 混合だし</li> <li>・鯛含め煮</li> <li>鯛 しょうゆ</li> <li>だし昆布 だしかつお</li> <li>かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・小松菜煮びたし</li> <li>小松菜 人参</li> <li>かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・南瓜和えもの</li> <li>南瓜 さとう しょうゆ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜入りおかゆ</li> <li>かぼちゃ 鮭</li> <li>ブロッコリー しょうゆ</li> <li>だし昆布 だしかつお</li> <li>・果物</li> </ul>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・お菓子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ラスク</li> <li>(食パン マーガリン グラニュー糖)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ちんすこう</li> <li>(小麦粉 砂糖 サラダ油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子</li> </ul>
延長保育	バナナ	パン	バームクーヘン	ドーナツ	お菓子	
	(月) 7・21	(火) 8・22	(水) 9	(木) 10・24	(金) 11・25	(土) 12・26
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん</li> <li>ゆでうどん 牛肉</li> <li>玉葱 人参 じゃが芋</li> <li>みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・鮭含め煮</li> <li>鮭 しょうゆ 片栗粉</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・ほうれん草煮</li> <li>ほうれん草 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・じゃが芋煮</li> <li>じゃが芋 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・コーンスープ</li> <li>スープの素 牛乳</li> <li>・鶏肉のトマト煮込み</li> <li>鶏肉 玉葱 じゃが芋</li> <li>人参 ホールトマト</li> <li>ケチャップ コンソメ</li> <li>さとう しょうゆ</li> <li>・ブロッコリー煮</li> <li>ブロッコリー</li> <li>しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・かぼちゃ含め煮</li> <li>かぼちゃ しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>しょうゆ おつゆ麩</li> <li>だし昆布 だしかつお</li> <li>・ウィンナー(鶏)</li> <li>・人参スティック</li> <li>人参 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・さつま芋煮</li> <li>さつま芋 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>しょうゆ 玉葱</li> <li>だし昆布 だしかつお</li> <li>・たら含め煮</li> <li>たら しょうゆ 片栗粉</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・ブロッコリー煮</li> <li>ブロッコリー しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・かぼちゃ含め煮</li> <li>かぼちゃ しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>豆腐 人参 三つ葉</li> <li>しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・納豆煮</li> <li>納豆 しょうゆ だし昆布</li> <li>・胡瓜スティック</li> <li>胡瓜 しょうゆ だし昆布</li> <li>だしかつお</li> <li>・じゃが芋煮</li> <li>じゃが芋 しょうゆ</li> <li>だしかつお だし昆布</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>12日 乳児生活発表会 (幼児お休み)</li> <li>26日 幼児生活発表会 (乳児お休み)</li> </ul>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・さつま芋ケーキ</li> <li>(ホットケーキミックス さつま芋 マーガリン 砂糖 卵 牛乳)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・りんご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・お菓子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・蒸しパン</li> <li>(ホットケーキミックス 砂糖 サラダ油)</li> </ul>	
延長保育	カステラ	バナナ	パン	ドーナツ	お菓子	

平均	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	カリウム
	448	18.1	14.6	59.4	218	1.5	202	0.26	0.34	14	3.4	1.5	611

《鮭について》

鮭の脂のなかには、EPAやDHAという体に良い脂肪酸が多く含まれています。  
 鮭の赤い色素には、体を守る抗酸化作用があるといわれる「アスタキサンチン」が含まれています。老化防止や疲労回復に効果的です。



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。