



日	曜	3歳未満児のみ	屋 食	飲み物	PMおやつ	栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	
		AMおやつ					(kcal)	(g)	(g)	(g)	
1	火	かぼちゃポ 麦茶	ごはん ふりかけ すき焼き風煮 じゃこ和えのっぺい汁	牛乳	米粉りんご外 麦茶	未満児 以上児	512 545	16.0 18.8	16.8 18.7	1.8 2.2	
2	水	星たべよ 麦茶	ごはん いわしの梅煮 おかかのり和え 豚汁 アセロラゼリー	〃	ミニ肉まん 麦茶	未満児 以上児	527 582	17.4 22.2	14.8 17.5	2.0 2.5	
3	木	ウエハース 麦茶	和風きのこスパゲティ ツナサラダ ポトフ風スープ	〃	おかちおにぎり 麦茶	未満児 以上児	467 509	18.4 21.3	12.8 13.3	2.6 3.0	
4	金	りんご ジュース	☆家庭弁当の日		〃	たべっこどうぶつ こども麦茶	未満児 以上児	222 222	4.6 4.6	5.7 5.7	0.2 0.2
5	土	ビスコ こども麦茶	ごはん ふりかけ タンドリーチキン 角切りポテトサラダ 野菜スープ	〃	サッポロポテト こども麦茶	未満児 以上児	471 514	14.2 18.8	13.6 14.2	1.3 1.5	
7	月	幼児ビスケット 麦茶	ごはん 豚肉のブルコギ風 切干大根のナムル もずくのスープ	〃	ジャムサンド 麦茶	未満児 以上児	472 571	17.6 21.8	14.8 16.4	2.2 2.9	
8	火	味しらべ 麦茶	さんま蒲焼丼 錦糸和え どさんこ汁 ミニゼリー	〃	麩のうろ(コア) 麦茶	未満児 以上児	613 611	16.2 17.4	25.0 24.0	2.5 2.4	
9	水	ビスコ 麦茶	ごはん 炒り鶏 納豆和え かき玉汁	〃	手作りゼリー (ストロベリー)	未満児 以上児	425 450	14.8 16.9	10.3 8.9	1.5 1.6	
10	木	リトせんべい 麦茶	キャロットピラフ ホークゲチャップ グリーンサラダ 目の愛護デーゼリー	〃	ドーナツ 麦茶	未満児 以上児	558 579	16.8 17.0	17.9 25.1	2.1 2.2	
11	金	ウエハース 麦茶	煮込みカレーうどん さつまいも天ぷら パナナ	〃	五目おにぎり 麦茶	未満児 以上児	560 607	14.3 15.9	17.6 18.9	2.5 2.9	
12	土	ビスコ 麦茶	麻婆豆腐丼 えび焼売 わかめスープ フルーツ杏仁	〃	ベジたべる こども麦茶	未満児 以上児	558 635	17.8 22.6	19.1 20.8	2.2 2.7	
14	月	スポーツの日		〃	〃	未満児 以上児	/	/	/	/	
15	火	プチダノン 麦茶	栗ごはん うさぎ型ハンバーグ 磯和え けんちん汁 お月見デザート	〃	甘納豆蒸しパン 麦茶	未満児 以上児	548 567	27.9 29.6	13.8 12.6	2.3 2.7	
16	水	かぼちゃポ 麦茶	ごはん ふりかけ たら照焼き さつまいもサラダ 豆腐とわかめのみそ汁	〃	フルーチェ (ピーチ)	未満児 以上児	468 536	15.5 21.6	12.8 15.1	1.6 2.2	
17	木	ウエハース 麦茶	食パン(以)/ジャムサンド(未) 鶏肉のマーマレード焼き 野菜ゆばサラダ コーンポタージュ	〃	里芋もち 麦茶	未満児 以上児	404 577	17.3 25.7	11.8 13.7	3.2 4.1	
18	金	星たべよ 麦茶	ハヤシライス コールスローサラダ ぶどうヨーグルト	〃	カエデの実 麦茶	未満児 以上児	604 643	17.8 19.8	21.7 24.0	2.1 2.4	
19	土	ウエハース こども麦茶	☆家庭弁当の日		〃	キャラメルコーン こども麦茶	未満児 以上児	181 134	10.4 9.6	8.7 7.4	0.3 0.1
21	月	ぱりんこ 麦茶	ごはん 豚肉とれんこんの中華炒め たくあん和え すまし汁	〃	マジョナースト 麦茶	未満児 以上児	440 517	15.2 18.5	14.4 17.3	1.8 2.3	
22	火	幼児ビスケット 麦茶	わかめごはん 焼き栗コロッケ だいこんのツナ和え 粕汁	〃	フルーツ カクテル	未満児 以上児	470 524	11.2 11.9	11.7 11.5	1.8 2.1	
23	水	胚芽クッキー 麦茶	マカロニグラタン(えび) ブロッコリーサラダ コンソメスープ 黄桃コンポート	〃	プリン アラモード	未満児 以上児	586 617	19.0 21.5	24.7 26.2	2.0 2.4	
24	木	プチダノン 麦茶	ごはん さけのちゃんちゃん焼き風 ポパイサラダ きのこと卵のスープ	〃	黒糖蒸しパン 麦茶	未満児 以上児	464 520	30.2 37.8	11.6 12.0	2.3 3.3	
25	金	かぼちゃポ 麦茶	ハンバーグサンド(以)/食パン・ハンバーグ(未) ポテトフライ 野菜スープ ベビーパイ ン	〃	はかうけ/味しらべ 白ぶどうジュース	未満児 以上児	476 575	11.0 15.8	16.3 18.9	1.8 2.3	
26	土	ビスコ こども麦茶	こんぶごはん たまご焼き なめ草和え すまし汁	〃	えびせん こども麦茶	未満児 以上児	389 411	12.1 14.8	10.7 9.5	1.7 2.0	
28	月	ビスコ 麦茶	ごはん インド煮 おかか和え いわし団子汁	〃	フルーツ ヨーグルト	未満児 以上児	482 520	15.9 18.2	13.4 12.8	2.0 2.4	
29	火	リトせんべい 麦茶	ちゃんぽん麺 ベーコンエッグ パナナ	〃	五平餅 麦茶	未満児 以上児	507 588	17.3 21.5	15.2 18.0	3.3 4.0	
30	水	幼児ビスケット 麦茶	ごはん 揚げ鶏のあまチリソース 塩昆布和え なめこ汁	〃	たこやき 麦茶	未満児 以上児	452 531	17.0 24.1	12.6 14.1	2.5 3.2	
31	木	ぶどう ジュース	ガーリックライス ミートローフ風 カラフルサラダ コンソメスープ ハロウィンデザート	〃	まっくろくろすけ 麦茶	未満児 以上児	539 554	17.9 20.6	19.7 21.2	1.9 2.3	