

日	曜	3歳未満児のみ	食 食	飲み物	PMおやつ	栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質
		AMおやつ					(kcal)	(g)	(g)
1	水	麩菓子 麦茶	ごはん 鶏肉の南部焼き ゆば和え のっぺい汁 バナナ	牛乳	シュークリーム 麦茶	未満児 以上児	472 527	17.7 26.1	16.2 16.0
2	木	ウエハース 麦茶	麻婆豆腐丼 揚げぎょうざ 五目野菜の中華スープ	〃	コーンマヨトースト 麦茶	未満児 以上児	539 649	19.4 25.1	21.6 25.6
3	金	せんべい 麦茶	麦入りごはん さばのみそ煮 そぼろ和え すまし汁 歯と口の健康週間ゼリー 	〃	お菓子 ジョア	未満児 以上児	514 602	19.9 25.2	9.5 12.8
6	月	プチダノン	食パン ジャム かぼちゃ挽肉フライ ひじきサラダ トマトと卵のスープ	〃	みそ焼おにぎり 麦茶	未満児 以上児	480 574	13.9 15.8	15.3 17.5
7	火	せんべい 麦茶	ハヤシライス(麦ごはん) コールスローサラダ フルーツポンチ	〃	チーズりんご蒸パン 麦茶	未満児 以上児	546 635	24.7 29.4	15.4 17.8
8	水	クッキー 麦茶	ごはん ふりかけ チャプチェ ブロッコリーサラダ ワンタンスープ	〃	手作りゼリー	未満児 以上児	484 530	13.2 14.7	13.8 14.1
9	木	ビスコ 麦茶	ごはん 豚肉の生姜焼き さつまいもサラダ なめこ汁 オレンジ	〃	お菓子 麦茶	未満児 以上児	557 601	17.2 19.7	22.0 22.9
10	金	ぶどう ジュース	菜めし 鶏肉のからあげ 春雨サラダ じゃがいものみそ汁	〃	かたつむりケーキ 麦茶	未満児 以上児	546 629	16.2 22.9	16.5 20.0
13	月	ラスク 麦茶	鶏肉とごぼうの混ぜごはん たまご焼き 磯和え すまし汁	〃	お菓子 スポロン	未満児 以上児	465 521	17.1 20.3	11.7 13.3
14	火	ウエハース 麦茶	ごはん 生揚げと豚肉のみそ炒め おかか和え そうめん汁 キウイ	〃	ごまクッキー 麦茶	未満児 以上児	692 787	18.3 21.0	28.7 33.1
15	水	米菓子 麦茶	ごはん 角切モロのケチャップ和え もやしのナムル にらとかんぴょうのスープ 県民の日デザート	〃	お惣菜パン 麦茶	未満児 以上児	559 595	20.6 24.1	17.6 18.9
16	木	せんべい 麦茶	塩ラーメン えび焼売 ぶどうヨーグルト	〃	さけおにぎり 麦茶	未満児 以上児	524 621	20.9 26.0	12.3 15.8
17	金	クッキー 麦茶	 ☆ 家庭弁当の日 	〃	ドーナツ こども麦茶	未満児 以上児	232 186	6.5 5.8	7.0 5.2
20	月	せんべい 麦茶	ごはん ふりかけ さわらのスタミナ焼き 筑前煮 はんぺんのすまし汁	〃	ジャムサンド 麦茶	未満児 以上児	439 586	16.7 24.7	9.3 12.8
21	火	ワッフル 麦茶	かき揚げ丼 大根のツナ和え おくらのスープ ベビーパイン	〃	米粉マフィン ジョア	未満児 以上児	563 603	13.7 14.7	17.1 18.6
22	水	りんご ジュース	セルフオムライス グリーンサラダ コーンポタージュ メロン	〃	アイス(以) ゼリー(未)	未満児 以上児	571 633	15.4 19.1	14.9 20.2
23	木	ウエハース 麦茶	ごはん 豚肉のプルコギ風 三色和え かんぴょうボール入りスープ	〃	麩のラスク 麦茶	未満児 以上児	474 535	15.3 18.2	17.8 20.6
24	金	ビスコ 麦茶	焼うどん じゃこ和え めかぶと豆腐のスープ フルーツ杏仁	〃	大学芋 麦茶	未満児 以上児	486 514	13.4 15.1	16.7 16.7
27	月	せんべい 麦茶	牛丼 塩昆布和え かみなり汁	〃	フルーツ ヨーグルト	未満児 以上児	521 580	18.1 21.2	14.5 16.6
28	火	スポロン	ハンバーグサンド(以)/食パン ハンバーグ(未) ポテトフライ ゴロゴロ野菜スープ	〃	なめらか プリン	未満児 以上児	551 654	15.5 21.0	13.8 21.6
29	水	ビスケット 麦茶	ごはん あじのねぎみそ焼き 炒り豆腐 えのきとわかめのスープ 	〃	ポンデドーナツ 麦茶	未満児 以上児	498 543	18.7 25.1	17.7 18.0
30	木	ラスク 麦茶	ごはん ふりかけ 鶏肉の照焼き ごま和え ゆばのすまし汁 はちみつレモンゼリー 	〃	とうもろこし/お菓子 麦茶	未満児 以上児	485 547	16.9 24.6	12.8 14.1

材料の仕入れ状況などにより、献立内容が変更になる場合があります。
ご理解、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

- ☆ 家庭弁当の日 17日(金)
- 行事食等 3日(金) カミカミ給食
- 15日(水) 県民の日行事食
- 22日(水) 誕生日お祝い給食



