	I-+					0.1.2(12.12	3~5歳児
	ועו	曜日	午前おやつ	献立名	材料	おやつ	栄養価
			牛乳	カレーライス	米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ	牛乳	エネルギー
5		木		ビーンズサラダ	大豆、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ		620 Kcal
-			みかん	ミニゼリー	ミニゼリー	マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖	たんぱく質
						CONTROL DATE	20.4 g
			牛乳	白ごはん	*	牛乳	エネルギー
			1 3 0	ぶりの照り焼き	↑↑ ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉	十年	638 Kcal
6		金	動物ビスケット	いちょうなます	だいこん、きょうにんじん、酢、砂糖、食塩、ゆず果皮	七草おにぎり	たんぱく質
			20100211771	黒豆	大豆、砂糖、しょうゆ、重曹、食塩	米、せり、なずな、だいこん、食塩	24.8 g
				いもきんとん	さつまいも、砂糖、食塩		24.0 6
				京風みそ汁	さといも、だいこん、にんじん、水菜、油揚げ、白みそ、米みそ、かつおだし		
			牛乳	豚汁うどん	ゆでうどん、豚肉、ちくわ、だいこん、にんじん、ごぼう、たまねぎ、青ネギ、米みそ、みりん、かつおだし	牛乳	エネルギー
_		١.		キャベツの昆布あえ	キャベツ、にんじん、食塩、塩こんぶ		256 Kcal
	21	土	きな粉せんべい	みかん	みかん	ジャムパン	たんぱく質
							11 g
						※7日は半日保育のためおやつはありません。	
			牛乳	ミートスパゲティ	スパゲティー、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、トマト、セロリ、しいたけ、鶏がらスープ	牛乳	エネルギー
					ケチャップ、トマトピューレ、かつおだし、うすくちしょうゆ、ウスターソース、中濃ソース		528 Kcal
	23	月		ポテトサラダ	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、きゅうり、マヨドレ	菜飯おにぎり	たんぱく質
			塩せんべい	わかめスープ	たまねぎ、わかめ、うすくちしょうゆ、かつおだし汁	米、だいこん、食塩	21.3 g
			나피	L/\~'*^-	I-O	나피	
			牛乳	七分づきご飯	七分つき米	牛乳	エネルギー
0		火	Fb. 1 2 - 1 :	ポークチャップ	豚肉、たまねぎ、にんじん、食塩、砂糖、なたね油、ケチャップ、ウスターソース	wh キフル	570 Kcal
			動物ビスケット	スパサラダ	スパゲティー、たまねぎ、にんじん、きゅうり、食塩、マヨドレ	焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ	たんぱく質
				コンソメスープ	じゃがいも、たまねぎ、パセリ、コンソメ、うすくちしょうゆ、みりん	焼きそばソース、ケチャップ	22,1 g
			牛乳	三色丼	米、鶏ひき肉、ほうれんそう、にんじん、しょうが、しょうゆ、砂糖、かつおだし	生乳.	エネルギー
			T+0	ニ巴丹 白菜とちくわの煮びたし	末、鶏ひさ肉、ほつれんそう、にんしん、しょうか、しょうゆ、砂糖、かつおだし はくさい、にんじん、ちくわ、うすくちしょうゆ、みりん、かつおだし	T 30	エネルキー 540 Kcal
	25	лk	きな粉せんべい	豆腐とわかめのみそ汁	本綿豆腐、たまねぎ、わかめ、えのきたけ、米みそ、かつおだし	いちご蒸しパン	540 KCai たんぱく質
	_0	ν,	C/S/M/C/0-101	32/196 C-17/3 GJ0307 C7	THE PROPERTY OF THE PROPERTY AND CL. IS SOUTH	イチゴシャム、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、なたね油、豆乳	たかはく真 23 g
							20 6
			牛乳	白ごはん	*	牛乳	エネルギー
				すき焼き風煮	和牛、焼き豆腐、はくさい、たまねぎ、しらたき、ねぎ、青ネギ、酒、砂糖、みりん、しょうゆ、かつおだし		643 Kcal
12 2	26	木	みかん		ほうれんそう、ちくわ、砂糖、うすくちしょうゆ、ごま	かるかん	たんぱく質
				さつまいものみそ汁	さつまいも、たまねぎ、青ネギ、米みそ、かつおだし	上新粉、砂糖、ベーキングパウダー	22.4 g
			牛乳	七分づきご飯	七分つき米	牛乳	〈13⊟〉
	07	_		たらのフライ(タルタルソース)	たら、小麦粉、パン粉、なたね油		エネルギー
3	27	亚	動物ビスケット		ノンエッグマヨネーズ、きゅうり、たまねぎ	マーマレードジャムサンド(13日)	525 Kcal
				ブロッコリーのツナおかか和え	ブロッコリー、ツナ、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし	食パン、マーマレード	たんぱく質
				かぶとベーコンのスープ	かぶ、たまねぎ、にんじん、ベーコン、みりん、うすくちしょうゆ、コンソメ	ジャムパン(27日)	22.3 g
			牛乳	マーボー丼	米、豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、にんにく、しょうが	牛乳	エネルギー
,	28	+			片栗粉、うすくちしょうゆ、米みそ、鶏がらスープ		500 Kcal
+	20	_		華風きゅうり	きゅうり、砂糖、酢、うすくちしょうゆ、ごま油	黒糖パン	たんぱく質
			きな粉せんべい	きのこのみそ汁	しめじ、たまねぎ、青ネギ、えのきたけ、しいたけ、米みそ、かつおだし		21.5 g
_			井 図	内コスニー メン		上 四	
			牛乳	肉みそラーメン	中華めん、なると、豚ひき肉、こまつな、チンゲンサイ、にんじん、にんにく、しょうが 砂糖、酒、赤みそ、米みそ、しょうゆ、みりん、鶏がらスープ	牛乳	エネルギー
6	30						E40 K1
		月				塩見布おにぎ り	513 Kcal
		月		バンサンスー	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油	塩昆布おにぎり 米、塩こんぶ	たんぱく質
		月	塩せんべい			塩昆布おにぎり 米、塩こんぶ	
_		月		バンサンスー 粉ふきいも	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油		たんぱく質 22.7 g
			塩せんべい	バンサンスー	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩	米、塩こんぶ	たんぱく質
7	31		塩せんべい	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米	米、塩こんぶ	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal
7	31		塩せんべい	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ	半、塩こんぶ	たんぱく質 22.7 g エネルギー
7	31		塩せんべい	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん	・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質
7	31		塩せんべい	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん	米、塩こんぶ牛乳焼芋さつまいも	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質
	31		塩せんべい 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし	米、塩こんぶ牛乳焼芋さつまいも	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g
	31	火	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ	米、塩こんぶ牛乳焼芋さつまいも	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g
	31	火	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ピーンズサラダ	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ	** 塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal
	31	火	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ピーンズサラダ	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ	**、塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質
8	31	火水	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサラダ ミニゼリー	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー	**x、塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g
8	31	火	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサラダ ミニゼリー 白ごはん	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー	**x、塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳 マカロニきな粉	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー
8	31	火水	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ピーンズサラダ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッコリーのおかか和え 人参の甘煮	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトシュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩	**x、塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal
8	31	火水	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ピーンズサラダ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッコリーのおかか和え 人参の甘煮 お麩のみそ汁	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし **、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー ** 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし	** 塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g
8	31	火水	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサラダ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッコリーのおかか和え 人参のみそ汁 白ごはん	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米	**x、塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳 マカロニきな粉	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g
8 9	31	火水	塩せんべい 牛乳 動物ピスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサラダ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッコリーのおかか和え 人参のの甘煮 お麩のみそ汁 白ごはん ぶりの照り焼き	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米	** 塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 キ乳 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖 マカロニ、きな粉、砂糖	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g
80	31	火水木	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサライ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッの甘煮 お麸のみそ汁 白ごはん ぶりの照り焼き 白菜と厚揚げの煮物	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトシュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし	** 塩こんぶ 牛乳 株子 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳 マカロニ、きな粉、砂糖 牛乳 ツナマヨパン	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質
8 9	31	火水木	塩せんべい 牛乳 動物ピスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサラダ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッコリーのおかか和え 人参のの甘煮 お麩のみそ汁 白ごはん ぶりの照り焼き	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米	** 塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 キ乳 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖 マカロニ、きな粉、砂糖	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g
8 9	31	火水木	塩せんべい 牛乳 動物ピスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ピスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサラダ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッの甘煮 お麩のみそ汁 白ごはん ぶりの照り焼き 白菜と厚揚げの煮物 キャベツのみそ汁	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし	** 塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 キ乳 マカロニ、きな粉、砂糖 マカロニ、きな粉、砂糖 牛乳 ツナマヨパン 小麦粉、ベーキングパウダー、ツナマヨドレ、砂糖、豆乳、なたね油	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 23.3 g
80		火水木	塩せんべい 牛乳 動物ピスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーライス ビーンズサライ ミニゼリー 白ごはん つくね焼き ブロッの甘煮 お麸のみそ汁 白ごはん ぶりの照り焼き 白菜と厚揚げの煮物	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトシュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし	** 塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳 マカロニ、きな粉、砂糖 牛乳 ツナマヨパン 小麦粉、ベーキングパウダー、ツナ	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 22.3 g エネルギー
8 9 0	#	火水木金	塩せんべい 中乳 動物ピスケット 中乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ピスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイルの野菜 大根のみそ汁 カレーラズサラダ ミニゼリー 白ごはん つくねカリーのおかか和え 人をフロッののおかか和え 人をフロッののおかかれる お麩のみそ汁 白ごはん ぶりの際揚げの煮物 キャベツのみそ汁 ハンバーガー	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ぶ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし	** 集立のよいち ** 生乳 ** ちんすこう	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 22.3 g
8 9 0	お店屋	火水木	塩せんべい 中乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイル野菜 大根のみそ汁 カレーラズサラ ミニゼリー 白ごはん つくな焼き ブロッコ甘煮 お麩のみそ汁 白ごはん ぶりのまかか和え 人参のみそ汁 白ごはん ぶりのにないの に いっかでは いっかでは いっかでは いっかでは いっかでは いっかでは いっかでは いっかでは いっかでは いっかでは いっかで いっかで いっかで いっかで いっかで いっかで いっかで いっかで	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし コッペパン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、レタス 牛乳、パン粉、うすくちしょうゆ、ケチャッブ、中濃ソース じゃがいも、米粉、食塩、なたね油	** 塩こんぶ 牛乳 焼き ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳 マカロニ、きな粉、砂糖 牛乳 ツナマヨパン 小麦粉、ベーキングパウダー、ツナマヨドレ、砂糖、豆乳、なたね油 牛乳	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネル 479 Kcal たんぱく質 18.8 g エネル 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 22.3 g エネルド Kcal たんぱく質 22.3 g
8 9 0	お店屋ち	火水木金	塩せんべい 中乳 動物ピスケット 中乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ピスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ポイルのみそ汁 カレーンズリー 白ごくねかかかれえ とこだはん つではん ののは煮 おむのみを おりののは素 おりののは がりのは がりのできる では、 のので、 のので	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 太豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし コッペパン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、レタス 牛乳、パン粉、うすくちしょうゆ、ケチャップ、中濃ソース じゃがいも、米粉、食塩、なたね油 コーン缶、塩	** 集立のよいち ** 生乳 ** ちんすこう	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネル 479 Kcal たんぱく質 23 g エネル Kcal たんぱく質 23 g エネル Kcal たんぱく g エネル Kcal たんぱく g エネル Kcal たんぱく g
8 9 0	お店屋	火水木金	塩せんべい 中乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分できご飯 鶏肉のお野菜 大根のみそ汁 カレーンズリー 白ごくねかかかれえ とこだはん ののは煮 お起ごはんのではかかかれえ おとではんのではたいのではたいのではないのではたいのではないのではないができます。 ロマング・カーブー アング・ファイン・アンバーガー フライン・アンバーガー フライン・アンバーガー フライン・アンバーガー フライン・アンリン・アンリン・スープ 野菜のコンソメスープ	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 太豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし コッペパン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、レタス 牛乳、パン粉、うすくちしょうゆ、ケチャッブ、中濃ソース じゃがいも、米粉、食塩、なたね油 コーン缶、塩 たまねぎ、キャベツ、にんじん、みりん、うすくちしょうゆ、コンソメ	** 集立のあい ** 特別 ** 特別 ** 力のでは、砂糖、なたね油 ** 中乳 ** フカロニ、きな粉、砂糖 ** 中乳 ** リナマヨパン 小麦粉、ベーキングパウダー、ツナマヨドレ、砂糖、豆乳、なたね油 ** 中乳 焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネル 479 Kcal たんぱく質 18.8 g エネル 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 22.3 g エネルド Kcal たんぱく質 22.3 g
8 9 0	お店屋ち	火水木金	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイルのみぞ汁 カレーラズサー ローンズリー 白ごはん つくね焼き ブロッの甘煮 お麩のみそ汁 白ごはん ぶりのみそ汁 白ごはん ぶりのみそ汁 ウラズはん がりたと厚場けの煮物 キャベッのカー フライドボテト コーンブ・ドボテト コーンブ・ドボテト コーンブ・アーンのコース 野菜のコース	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんしん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールク 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし コッペパン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、レタス 牛乳、バン粉、うすくちしょうゆ、ケチャップ、中濃ソース じゃがいも、米粉、食塩、なたね油 コーン缶、塩 たまねぎ、キャベツ、にんじん、みりん、うすくちしょうゆ、コンソメ 野菜シュース	 米、塩こんぶ 牛乳 焼芋 さつまいも 牛乳 ちんすこう 小麦粉、砂糖、なたね油 牛乳 マカロニ、きな粉、砂糖 牛乳 ツナマヨパン 小麦粉、ベーキングパウダー、ツナマヨドレ、砂糖、豆乳、なたね油 牛乳 焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ 焼きそばソース、ケチャップ 	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく g 18.6 g エネルギー 479 Kcal たんぱく g エネルギー 506 Kcal たんぱく g エネルギー 506 はく g エネルド Cal たんぱく g 22.3 g
8 9 0	お店屋さん	火水木金	塩せんべい 中乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のお野菜 大根のみぞ汁 カレーフズリー 白ごはん つくね焼き ブロ参のみぞ汁 白ごはん のみぞ汁 白ごはん のかみではん ののみでする いののののかかか和え お麩のみそ汁 白ごはん のと厚場けの煮物 キャベツのカー フライドボテト コーマックのカー フライドボデト コーマックス コーマックス コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマック コーマーション コーマー コーマー コーマー コーマー コーマー コーマー コーマー コーマ	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし ※、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー ※ 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし ※ ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし ユッベバン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、レタス 牛乳、パン粉、うすくちしょうゆ、ケチャッブ、中濃ソース じゃがいも、米粉、食塩、なたね油 コーン缶、塩 たまねぎ、キャベツ、にんじん、みりん、うすくちしょうゆ、コンソメ 野菜ジュース	** 集立のあい ** 特別 ** 特別 ** 力のでは、砂糖、なたね油 ** 中乳 ** フカロニ、きな粉、砂糖 ** 中乳 ** リナマヨパン 小麦粉、ベーキングパウダー、ツナマヨドレ、砂糖、豆乳、なたね油 ** 中乳 焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 22.3 g エネルギー 545 Kcal たんぱく質 22.4 g
8 9 20 24	お店屋さん	火水木金	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のねぎ味噌チーズ焼き ボイルのみぞ汁 カレーラズサー ローンズリー 白ごはん つくね焼き ブロッの甘煮 お麩のみそ汁 白ごはん ぶりのみそ汁 白ごはん ぶりのみそ汁 ウラズはん がりたと厚場けの煮物 キャベッのカー フライドボテト コーンブ・ドボテト コーンブ・ドボテト コーンブ・アーンのコース 野菜のコース	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー 米 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし 米 ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし コッペパン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、レタス 牛乳、パン粉、うすくちしょうゆ、ケチャップ、中濃ソース じゃがいも、米粉、食塩、なたね油 コーン缶、塩 たまねぎ、キャベツ、にんじん、みりん、うすくちしょうゆ、コンソメ 野菜シュース 米 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも	 ・	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネル 479 Kcal たんぱく g 18.6 g エネルギー 479 Kcal たんぱく g エネルギー 506 Kcal たんぱく g エネルギー 506 ばく g エネルばく質 22.3 g エネルばく質 22.4 g
17 18 19 20 24	お店屋ち	火 水 木 金 火	塩せんべい 牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 みかん 牛乳 動物ビスケット	バンサンスー 粉ふきいも 七分づきご飯 鶏肉のお野菜 大根のみぞ汁 カレーフズリー 白ごはん つくね焼き ブロ参のみぞ汁 白ごはん のみぞ汁 白ごはん のかみではん ののみでする いののののかかか和え お麩のみそ汁 白ごはん のと厚場けの煮物 キャベツのカー フライドボテト コーマックのカー フライドボデト コーマックス コーマックス コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマックの コーマック コーマーション コーマー コーマー コーマー コーマー コーマー コーマー コーマー コーマ	はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、砂糖、うすくちしょうゆ、酢、ごま油 じゃがいも、食塩 七分つき米 鶏もも肉、ねぎ、チーズ、砂糖、米みそ、マヨドレ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん だいこん、たまねぎ、油揚げ、青ネギ、米みそ、かつおだし ※、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、カットトマト缶、カレー粉、カレールウ 大豆、ひよこまめ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ハム、マヨドレ ミニゼリー ※ 鶏ひき肉、絹ごし豆腐、片栗粉、みりん、うすくちしょうゆ、食塩 ブロッコリー、かつお節、うすくちしょうゆ、かつおだし にんじん、砂糖 焼ふ、たまねぎ、えのきたけ、青ネギ、米みそ、かつおだし ※ ぶり、みりん、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉 白菜、にんじん、厚揚げ、しょうが、うすくちしょうゆ、みりん、さとう、かつおだし キャベツ、たまねぎ、米みそ、かつおだし ユッベバン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、レタス 牛乳、パン粉、うすくちしょうゆ、ケチャッブ、中濃ソース じゃがいも、米粉、食塩、なたね油 コーン缶、塩 たまねぎ、キャベツ、にんじん、みりん、うすくちしょうゆ、コンソメ 野菜ジュース	 ・	たんぱく質 22.7 g エネルギー 507 Kcal たんぱく質 20.6 g エネルギー 673 Kcal たんぱく質 18.8 g エネルギー 479 Kcal たんぱく質 23 g エネルギー 506 Kcal たんぱく質 22.3 g エネルギー 545 Kcal たんぱく質 22.4 g

12月の平均栄養価(3~5歳児)

2.2g

<昼食・おやつ合計> エネルギー 540kcal たんぱく質 21.2g 脂質 17.1g 炭水化物 73.5g

食塩相当

たんぱく質 肉、魚、卵、大豆・大豆製品、乳・乳製品等に多く含まれます。人体の骨格や筋肉などの材料になります。

油 八 ター、脂質の多い 次 揚げ物、ス ナック菓子等に多く含まれます。 細胞膜の主な構成成分。脂溶性ビタミンの吸収を助けます。

炭水化物

ルベハ IUセル ごはん、パン、めん類、砂糖等に多く含まれます。糖質は良物繊維に分けられ、特質はまなエネルギー源となりでした。食物繊維は、便秘を予防したり、血糖値の急激な上昇を防ぎます。