

幼 児 食 献 立 表

2022年04月

枚方市立保育所(一般)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は1,2歳 10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分 () は1・2歳
01 金	ごはん、カレイの照焼き、 キャベツのソテー、豆腐 のみそ汁、焼きのり	牛乳(0g)、/ハイハイ(0袋)、/米(50g)、/カラスガレイ(1切)、濃口しょうゆ(1g)、料理 酒(1g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、でんふん(1g)、/ ショルダーベーコン(7g)、キャベツ(30g)、にんじん(5g)、なたねサラダ油(1g)、濃口しょう ゆ(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、/木綿豆腐(20g)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(10g)、 にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、/焼きのり小袋(1 袋)、/牛乳(130g)、/カニビス(1袋)、/元気薄焼きせんべい (2枚×20袋) (1枚)、	◎牛乳、◎ハイハイ ン、牛乳、カニビス、元 気薄焼きせんべい	503(482) 22.9(22.4) 11.8(12.1) 2.2(1.9)
02 土	ミートスバグティ、豆 腐のすまし汁	牛乳(0g)、/おこめのすなっく(0g)、/スバグティ(50g)、豚ミンチ肉(30g)、たまねぎ (40g)、にんじん(8g)、なたねサラダ油(2g)、トマトピューレ (デミタ) (20g)、トマトチャップ (10g)、カスター(2g)、さとう(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、/木綿豆腐(20g)、じゃがいも (20g)、にんじん(5g)、こまつな(5g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、濃口しょうゆ(2g)、食 塩(0g)、/牛乳(130g)、/1歳からのかつばえびせん(1袋)、/ミニ動物ビスケット(1袋)、	◎牛乳、◎おこめの すなっく、牛乳、1歳 からのかつばえび せん、ミニ動物ビス ケット	531(509) 21.3(19.6) 16.1(16.4) 0.4(0.4)
04 月	ごはん、マーボー豆腐、和 風春雨スープ	牛乳(0g)、/ふわふわチップ(0g)、/米(60g)、/木綿豆腐(55g)、豚ミンチ肉(20g)、たまね ぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、干しいたけ(1g)、しょうが(0g)、にんにく(0g)、と りからスープ(2g)、なたねサラダ油(2g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みそ(4g)、こま油 (0g)、でんふん(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、/春雨(2g)、糸かまぼこ(10g)、たまねぎ (15g)、にんじん(7g)、ほうれんそう(5g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、濃口しょうゆ (2g)、食塩(0g)、/牛乳(130g)、/ミルクスティック(15g)、/ロングサラダ(7g)、/りんご (35g)、	◎牛乳、◎ふわふわ チップににんじん味、 牛乳、ミルクス ティック、ロングサ ラダ、りんご	579(484) 20.2(17.6) 19.3(18.0) 1.5(1.2)
05 火	ごはん、肉じゃが豆腐の すまし汁、焼きのり	牛乳(0g)、/畑のクラッカー(0g)、/米(50g)、/豚もも肉(25g)、たまねぎ(30g)、じゃがい も(40g)、にんじん(10g)、つきこんやく(10g)、さやいんげん(3g)、なたねサラダ油(1g)、 さとう(2g)、濃口しょうゆ(4g)、/木綿豆腐(20g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、えのき だけ(5g)、チンゲンサイ(5g)、濃口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、 /焼きのり小袋(1袋)、/牛乳(130g)、/英字ビスケット(12g)、/野菜スナック(10g)、/ きよみ(0個)、	◎牛乳、◎畑のク ラッカー、牛乳、英字 ビスケット、野菜ス ナック、清見オレン ジ	501(468) 17.7(16.7) 13.5(14.2) 0.8(0.6)
06 水	ごはん、鯖の漬焼き、切干 大根の炒め煮、じゃがい ものみそ汁	牛乳(0g)、/紫いもチップ(0g)、/米(50g)、/さわら(1切)、料理酒(0g)、さとう(1g)、濃口 しょうゆ(2g)、みりん(1g)、/きりぼしだいこん(4g)、ちくわ(3g)、にんじん(5g)、なたねサ ラダ油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、/うすあげ(3g)、じゃがいも(20g)、キャベツ (10g)、たまねぎ(10g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、こまつな(5g)、けずりぶし(2g)、み そ(8g)、/牛乳(130g)、/小麦粉(25g)、/「キザ」パスタ(1g)、さとう(7g)、スキムミルク (3g)、りんごジュース(10g)、なたねサラダ油(3g)、りんご(20g)、	◎牛乳、◎紫芋チッ プ、牛乳、りんご蒸し パン	572(524) 22.6(21.6) 15.1(15.7) 1.7(1.4)
07 木	ごはん、豚肉のあまから 炒め、粉吹き芋、豆腐のみ そ汁	牛乳(0g)、/元気あまからせん3g(0枚)、/米(50g)、/豚もも肉(35g)、たまねぎ(15g)、に んじん(10g)、チンゲンサイ(6g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、なたねサラダ油(1g)、/ じゃがいも(35g)、食塩(0g)、/木綿豆腐(20g)、キャベツ(20g)、たまねぎ(10g)、にんじん (6g)、干しわかめ(0g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、/牛乳(130g)、/「アハ」マツのワトせん4連 (1袋)、/ミニアスバラガスバイビー14g×4連(1袋)、	◎牛乳、◎元気あま からせん、牛乳、アハ マツのワトせん、ミニ アスバラガスバイ ビー	529(497) 20.4(18.8) 15.6(15.5) 1.8(1.5)
08 金	ごはん、魚のムニエル、マ カロニソテー、キャベツ のスープ	牛乳(0g)、/ハイハイ(0袋)、/米(50g)、/ホキ(1切)、食塩(0g)、こしょう(0g)、小麦粉 (4g)、無塩バター(2g)、/ツイストマカロニ(7g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、ピーマン (3g)、なたねサラダ油(1g)、食塩(0g)、純力粉(0g)、/ショルダーベーコン(7g)、たまね ぎ(20g)、キャベツ(20g)、チンゲンサイ(5g)、にんじん(5g)、コーン(5g)、とりからスープ (3g)、食塩(0g)、濃口しょうゆ(1g)、/牛乳(130g)、/野菜スティック(15g)、/こぼろス ナック(7g)、	◎牛乳、◎ハイハイ ン、牛乳、野菜ス ティック、こぼろス ナック	507(468) 20.1(19.5) 15.3(14.9) 0.7(0.6)
09 土	かやくうどん、チャンプ ル	牛乳(0g)、/おこめのすなっく(0g)、/干しうどん(55g)、鶏もも肉(30g)、たまねぎ(20g)、 にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、あおねぎ(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(3g)、濃口しょう ゆ(4g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(2g)、/木綿豆腐(35g)、ツナ缶(10g)、たまねぎ(20g)、 チンゲンサイ(10g)、にんじん(5g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、 料理酒(0g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、/牛乳(130g)、/たべっ子「化」(1袋)、/ぼたぼた 焼き(1袋)、	◎牛乳、◎おこめの すなっく、牛乳、た べっ子「化」4連、 ぼたぼた焼き	514(501) 22.4(20.5) 13.8(14.8) 3.2(2.8)
11 月	ごはん、ボークカレー、 キャベツとコーンのソ テー、(幼)みかん缶 30g	牛乳(0g)、/ふわふわチップ(0g)、/米(60g)、/豚もも肉(20g)、たまねぎ(40g)、にんじん (15g)、じゃがいも(40g)、グリーンピース(3g)、にんにく(0g)、しょうが(1g)、なたねサ ラダ油(2g)、カレー(3g)、コクと旨みのまろやかカレー(5g)、トマトチャップ (3g)、カスター(1g)、食塩 (0g)、こしょう(0g)、/焼豚(6g)、キャベツ(35g)、コーン(10g)、にんじん(6g)、グリーンア スバラガス(5g)、なたねサラダ油(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、濃口しょうゆ(1g)、/牛 乳(130g)、/ホットケーキミックス(25g)、無糖ヨーグルト(8g)、スキムミルク(4g)、無塩 バター(4g)、さとう(2g)、/いちご(30g)、さとう(4g)、レモン果汁(2g)、	◎牛乳、◎ふわふわ チップににんじん味、 牛乳、ヨーグルト ホットケーキ、イチ ゴジャム	642(569) 20.0(18.1) 17.3(16.5) 1.6(1.3)
12 火	ツナと人参の炊き込みご 飯、ほっけの焼魚、小松菜 の煮浸し、豆腐のみそ汁	牛乳(0g)、/畑のクラッカー(0g)、/米(45g)、ツナ(10g)、にんじん(15g)、食塩(0g)、濃口 しょうゆ(2g)、料理酒(1g)、だし昆布(0g)、/ほっけ(1切)、食塩(0g)、/はくさい(25g)、こ まつな(15g)、にんじん(5g)、ちくわ(3g)、さとう(0g)、濃口しょうゆ(2g)、けずりぶし(0g)、/ 木綿豆腐(20g)、うすあげ(3g)、たまねぎ(12g)、チンゲンサイ(5g)、にんじん(5g)、あ おねぎ(3g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、/牛乳(130g)、/ひじきスティック(15g)、/クラッ カー(13g)、/国産みかんゼリー(1個)、	◎牛乳、◎畑のク ラッカー、牛乳、ひじ きスティック、全粒 粉クラッカー、国産 みかんゼリー	545(530) 25.9(25.1) 16.8(17.3) 1.8(1.5)
13 水	うすまきパン、ミート ビーンズ、クリームスー プ、(幼)りんごジャム	牛乳(0g)、/紫いもチップ(0g)、/うすまきパン(1個)、うすまきパン(0個)、/だいず (20g)、牛ミンチ肉(20g)、たまねぎ(30g)、にんじん(10g)、グリーンピース(3g)、無塩バター (1g)、さとう(1g)、トマトチャップ (6g)、カスター(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、/バラベー コン(7g)、じゃがいも(30g)、北海道クリームコーン(20g)、たまねぎ(30g)、にんじん(5g)、無塩 バター(2g)、とりからスープ(3g)、牛乳(20g)、スキムミルク(3g)、生クリーム(2g)、食塩 (0g)、こしょう(0g)、/アシドミルクプラス110(1本)、/ミニたべっ子どうぶつメロ ン「化」5連(1袋)、/元気薄焼きせんべい (2枚×20袋) (1枚)、	◎牛乳、◎紫芋チッ プ、アシドミルクプ ラス、ミニたべっ 子動物メロ、元気薄 焼きせんべい	573(546) 21.5(20.1) 19.0(19.2) 1.7(1.4)
14 木	ごはん、焼き鯖のごまだ れ、ひじきの炒め煮、豚 汁、(幼)ハイ！チーズ	牛乳(0g)、/元気あまからせん3g(0枚)、/米(50g)、/さば(1切)、料理酒(0g)、さとう(1g)、 濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、でんふん(0g)、こま(1g)、/芽ひじき(2g)、うすあげ(3g)、に んじん(6g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、けずりぶし(0g)、/豚も も肉(10g)、じゃがいも(20g)、たまねぎ(12g)、こぼろ(4g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、 けずりぶし(3g)、みそ(8g)、/牛乳(130g)、/アンパンマンのひとくちビスケット4連 (1袋)、/元気カリボテミニ(1個)、/ハイ！チーズ(1個)、	◎牛乳、◎元気あま からせん、牛乳、アン パンマンのひとく ちビスケット、元気 カリボテミニ、ハイ チーズ	612(590) 24.4(24.0) 25.0(25.4) 2.2(1.9)
15 金	ごはん、鶏の唐揚げ、キャ ベツのソテー、豆腐のす まし汁	牛乳(0g)、/ハイハイ(0袋)、/米(50g)、/鶏もも皮なし(50g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、 しょうが(0g)、濃口しょうゆ(1g)、みりん(1g)、でんふん(5g)、なたね油(4g)、/キャベツ (20g)、チンゲンサイ(15g)、にんじん(6g)、なたねサラダ油(1g)、濃口しょうゆ(2g)、食塩 (0g)、/木綿豆腐(20g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、えのきだけ(5g)、干しわかめ(0g)、 あおねぎ(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、濃口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、/牛乳 (130g)、/食パン(1枚)、ツナ(10g)、たまねぎ(10g)、濃口しょうゆ(0g)、さとう(1g)、料理 酒(0g)、なたねサラダ油(1g)、とろけるチーズ(10g)、	◎牛乳、◎ハイハイ ン、牛乳、和風チー ズ、ツナトースト	574(531) 27.7(24.8) 19.2(18.0) 1.5(1.3)

幼 児 食 献 立 表

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は1,2歳 10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分 ()は1・2歳
16 土	ミートスパゲティ、豆腐のすまし汁	牛乳(0g)、／おこめのすなっく(0g)、／スパゲティ(50g)、豚ミンチ肉(30g)、たまねぎ(40g)、にんじん(8g)、なたねサラダ油(2g)、トマトピューレ(デルタ) (20g)、トマトチャップ(10g)、カサ-ス(2g)、さとう(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／木綿豆腐(20g)、じゃがいも(20g)、にんじん(5g)、こまつな(5g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／牛乳(130g)、／1歳からのかつばえびせん(1袋)、／ミニ動物ビスケット(1袋)、	◎牛乳、◎おこめのすなっく、牛乳、1歳からのかつばえびせん、ミニ動物ビスケット	531(509) 21.3(19.6) 16.1(16.4) 0.4(0.4)
18 月	ごはん、マーボー豆腐、和風春雨スープ、(幼)パイン缶 30g	牛乳(0g)、／ふわふわチップ(0g)、／米(60g)、／木綿豆腐(55g)、豚ミンチ肉(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、干しいたけ(1g)、しょうが(0g)、にんにく(0g)、とりからスープ(2g)、なたねサラダ油(2g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みそ(4g)、ごま油(0g)、でんぷん(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／春雨(2g)、糸かまぼこ(10g)、たまねぎ(15g)、にんじん(7g)、ほうれんそう(5g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／牛乳(130g)、／じゃがいも(60g)、なたね油(4g)、食塩(0g)、／バナナ(40g)	◎牛乳、◎ふわふわチップににんじん味、牛乳、フライドポテト、バナナ	559(468) 20.1(17.5) 18.5(17.4) 1.5(1.2)
19 火	ごはん、肉じゃが、豆腐のすまし汁、焼きのり	牛乳(0g)、／畑のクラッカー(0g)、／米(50g)、／牛もも肉(25g)、たまねぎ(30g)、じゃがいも(40g)、にんじん(10g)、糸こんにゃく(10g)、さやいんげん(3g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(4g)、／木綿豆腐(20g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、えのきたけ(5g)、チンゲンサイ(5g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、／焼きのり小袋(1袋)、／牛乳(130g)、／あずき(3g)、さとう(2g)、小麦粉(20g)、A-キックパウダー(1g)、さとう(7g)、スキムミルク(3g)、なたねサラダ油(3g)、	◎牛乳、◎畑のクラッカー、牛乳、小豆蒸しパン	550(505) 19.9(18.4) 15.3(15.6) 0.8(0.6)
20 水	ごはん、鯖の漬焼き、うの花炒り煮、じゃがいものみそ汁、(幼)型抜きチーズ	牛乳(0g)、／紫いもチップ(0g)、／米(50g)、／さわら(1切)、料理酒(0g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、／乾燥おから(2g)、ちくわ(3g)、つきこんにゃく(3g)、にんじん(12g)、干しいたけ(0g)、あおねぎ(2g)、なたねサラダ油(0g)、さとう(1g)、淡口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、けずりぶし(0g)、／じゃがいも(20g)、キャベツ(10g)、たまねぎ(10g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、こまつな(5g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、／牛乳(130g)、／英字ビスケット(12g)、／野菜スナック(10g)、／きよみ(0個)、	◎牛乳、◎紫芋チップ、牛乳、英字ビスケット、野菜スナック、清見オレンジ	507(474) 19.7(19.3) 14.4(15.2) 1.4(1.1)
21 木	ごはん、豚肉のあまから炒め、粉吹き芋、豆腐のみそ汁	牛乳(0g)、／元氣あまからせん3g(0枚)、／米(50g)、／豚もも肉(35g)、たまねぎ(15g)、にんじん(10g)、チンゲンサイ(6g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、なたねサラダ油(1g)、／じゃがいも(35g)、食塩(0g)、／木綿豆腐(20g)、キャベツ(20g)、たまねぎ(10g)、にんじん(6g)、干しわかめ(0g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、牛乳(130g)、／アパノのワトせん4連(1袋)、／ミニアスバラガスハイビー14g×4連(1袋)、	◎牛乳、◎元氣あまからせん、牛乳、アパノのワトせん、ミニアスバラガスハイビー	529(497) 20.4(18.8) 15.6(15.5) 1.8(1.5)
22 金	ドッグパン、魚のムニエル、マカロニソテー、キャベツのスープ、(幼)りんごジャム	牛乳(0g)、／ハイハイン(0袋)、／ドッグパン 65g(1個)、ドッグパン(0個)、／ホキ(1切)、食塩(0g)、こしょう(0g)、小麦粉(4g)、無塩バター(2g)、／ツイストマカロニ(7g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、ピーマン(3g)、なたねサラダ油(1g)、食塩(0g)、純カレールー粉(0g)、／ショルダーベーコン(7g)、たまねぎ(20g)、キャベツ(20g)、チンゲンサイ(5g)、にんじん(5g)、コーン(5g)、とりからスープ(3g)、食塩(0g)、淡口しょうゆ(1g)、／牛乳(130g)、／ホットケーキミックス(25g)、さとう(4g)、にんじん(7g)、木綿豆腐(20g)、なたね油(4g)、粉砂糖(1g)、	◎牛乳、◎ハイハイン、牛乳、にんじんドーナツ	554(488) 24.1(22.2) 18.5(17.1) 1.5(1.2)
23 土	かやくうどん、チャンプル	牛乳(0g)、／おこめのすなっく(0g)、／干しうどん(55g)、鶏もも肉(30g)、たまねぎ(20g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、あおねぎ(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(3g)、淡口しょうゆ(4g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(2g)、／木綿豆腐(35g)、ツナ缶(10g)、たまねぎ(20g)、チンゲンサイ(10g)、にんじん(5g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(1g)、淡口しょうゆ(2g)、料理酒(0g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／牛乳(130g)、／たべっ子A化(1袋)、／ぼたぼた焼き(1袋)、	◎牛乳、◎おこめのすなっく、牛乳、たべっ子A化(4連、ぼたぼた焼き)	514(501) 22.4(20.5) 13.8(14.8) 3.2(2.8)
25 月	ごはん、ビーフカレー、ビーフンソテー、(幼)みかん缶 30g	牛乳(0g)、／ふわふわチップ(0g)、／米(60g)、／牛もも肉(20g)、たまねぎ(40g)、にんじん(15g)、じゃがいも(40g)、グリーンピース(3g)、にんにく(0g)、しょうが(1g)、なたねサラダ油(2g)、カレー(3g)、コクと旨みのまろやかカレー(5g)、トマトチャップ(3g)、カサ-ス(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／焼豚(6g)、ビーフン(7g)、ほうれんそう(12g)、キャベツ(20g)、にんじん(6g)、グリーンアスバラガス(5g)、なたねサラダ油(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／牛乳(130g)、／ホットケーキミックス(25g)、無糖ヨーグルト(8g)、スキムミルク(4g)、無塩バター(4g)、さとう(2g)、	◎牛乳、◎ふわふわチップににんじん味、牛乳、ヨーグルトホットケーキ	638(565) 19.6(17.7) 18.4(17.3) 1.5(1.2)
26 火	えんどう飯、カレイの照焼き、キャベツのおかか炒め、豆腐のみそ汁	牛乳(0g)、／畑のクラッカー(0g)、／米(50g)、えんどう豆(15g)、食塩(0g)、／カラスガレイ(1切)、濃口しょうゆ(1g)、料理酒(1g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、でんぷん(1g)、／キャベツ(30g)、にんじん(5g)、花かつお(1g)、なたねサラダ油(0g)、濃口しょうゆ(2g)、／木綿豆腐(20g)、うすあげ(3g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、チンゲンサイ(5g)、干しわかめ(0g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、牛乳(130g)、／ひじきスティック(15g)、／クラッカー(13g)、／国産みかんゼリー(1個)、	◎牛乳、◎畑のクラッカー、牛乳、ひじきスティック、全粒粉クラッカー、国産みかんゼリー	558(523) 24.0(23.2) 16.0(16.3) 2.0(1.6)
27 水	ごはん、鶏肉のマーマレード焼き、小松菜のじゃこ炒め、豆腐のすまし汁、(幼)焼きのり	牛乳(0g)、／紫いもチップ(0g)、／米(50g)、／鶏もも肉(1個)、食塩(0g)、濃口しょうゆ(2g)、マーマレード(5g)、料理酒(1g)、／ちりめんじゃこ(3g)、こまつな(15g)、キャベツ(15g)、にんじん(5g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(0g)、濃口しょうゆ(1g)、／木綿豆腐(20g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、えのきたけ(5g)、干しわかめ(0g)、あおねぎ(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／牛乳(130g)、／食パン(1枚)、きなこ(4g)、さとう(3g)、無塩バター(5g)、	◎牛乳、◎紫芋チップ、牛乳、きな粉トースト	582(559) 24.2(23.5) 21.3(21.7) 1.4(1.2)
28 木	ごはん、焼き鯖のごまだれ、ひじき豆、豚汁、(幼)ハイ！チーズ	牛乳(0g)、／元氣あまからせん3g(0枚)、／米(50g)、／さば(1切)、料理酒(0g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、でんぷん(0g)、ごま(1g)、／だいず(10g)、芽ひじき(2g)、にんじん(5g)、こぼろ(3g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、けずりぶし(0g)、／豚もも肉(10g)、じゃがいも(20g)、たまねぎ(12g)、こぼろ(4g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／牛乳(130g)、／アンパンマンのひとくちビスケット4連(1袋)、／元氣カリボテミニ(1個)、／ハイ！チーズ(1個)、	◎牛乳、◎元氣あまからせん、牛乳、アンパンマンのひとくちビスケット、元氣カリボテミニ、ハイチーズ	618(595) 25.3(24.7) 25.0(25.3) 2.2(1.9)
30 土	チャンボン麺、ツナと白菜の煮浸し	牛乳(0g)、／おこめのすなっく(0g)、／干し中華めん(50g)、豚もも肉(35g)、たまねぎ(20g)、キャベツ(10g)、にんじん(6g)、チンゲンサイ(10g)、ごま油(0g)、けずりぶし(3g)、淡口しょうゆ(6g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、でんぷん(1g)、／ツナ缶(10g)、はくさい(35g)、にんじん(6g)、なたねサラダ油(0g)、さとう(1g)、淡口しょうゆ(2g)、牛乳(130g)、／ミニミレービスケット(1袋)、／ソフトせんべい塩味(1袋)、	◎牛乳、◎おこめのすなっく、牛乳、ミニミレービスケット、ソフトせんべい塩味	526(508) 23.1(20.3) 17.5(18.1) 0.7(0.6)