

幼 児 食 献 立 表

枚方市立保育所(一般)

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は12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 月	ごはん、ボークビーンズ、 冬瓜のすまし汁	牛乳(0g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g)、／米(50g)、／ 豚ミンチ肉(20g)、だいず(15g)、たまねぎ(30g)、にんじん(10g)、じゃがいも (20g)、グリーンピース(3g)、無塩バター(2g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、ト マチャ(8g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／木綿豆腐(20g)、とうがら(25g)、にん じん(5g)、チンゲンサイ(6g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ (2g)、食塩(0g)、でんぷん(1g)、／牛乳(140g)、／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、◎とうも ろこしでつくっ たパフスナック 塩味、牛乳、和風 チーズツナト ースト	584(545) 24.7(22.3) 19.2(18.7) 1.2(1.2)
02 火	ごはん、関東煮、なすの味 噌汁、じゃこの佃煮	牛乳(0g)、／ふわふわチップ じゃがいも味 20g(0g)、／米(50g)、／鶏も も肉(20g)、冷凍厚揚げ(20g)、ちくわ(3g)、板こんにゃく(10g)、じゃがいも (35g)、にんじん(15g)、さんどまめ(3g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(3g)、けず りぶし(1g)、／うすあげ(3g)、なす(12g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、干し わかめ(0g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／ちりめんじゃこ(6g)、さとう(1g)、濃 口しょうゆ(1g)、みりん(1g)、こま(1g)、／牛乳(140g)、／エスコイン (12g)、／ふくらみせんべい(7g)、／すいか(80g)、	◎牛乳、◎ふわふ わチップじゃが いも味、牛乳、エ スコイン、ふんわ り桜えびせんべ い、すいか	528(466) 21.5(18.9) 13.3(13.0) 2.3(1.8)
03 水	パーカーパン、アジのパン 粉焼き、チンゲンサイ のソテー、和風コーン スープ	牛乳(0g)、／カリボテスナック(0g)、／パーカーパン(1個)、パーカーパン(0 個)、／とろあじ(1切)、食塩(0g)、こしょう(0g)、白ワイン(1g)、パン粉(2g)、なた ね油(1g)、無塩バター(4g)、純力レー粉(0g)、／ショルダーベーコン(7g)、チン ゲンサイ(15g)、キャベツ(15g)、にんじん(5g)、しめじ(5g)、なたねサラダ油 (0g)、食塩(0g)、濃口しょうゆ(1g)、／北海道クリームコーン(15g)、たまねぎ (20g)、じゃがいも(15g)、にんじん(5g)、こま(1g)、とりがらす(3g)、 けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／牛乳(140g)、／ミルクス ティック(10g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(7g)、／国産み かんゼリー(1個)、	◎牛乳、◎カリボ テスナック、牛乳、 ミルクスティ ック、とうもろこ しでつくったパ フスナック塩味、 国産みかんゼリー	541(494) 22.8(21.4) 21.8(20.4) 1.8(1.5)
04 木	ごはん、鶏肉のごま味噌 焼き、キャベツの甘酢炒 め、かき卵汁	牛乳(0g)、／岩塚のお子さませんべい☆(0枚)、／米(50g)、／鶏もも肉(1個)、 みそ(4g)、濃口しょうゆ(1g)、みりん(1g)、料理酒(1g)、さとう(1g)、こま(1g)、 ／キャベツ(30g)、にんじん(5g)、きゅうり(5g)、なたねサラダ油(0g)、米粉 (2g)、さとう(1g)、食塩(0g)、淡口しょうゆ(1g)、／たまご(15g)、木綿豆腐 (12g)、たまねぎ(15g)、えのきたけ(6g)、にんじん(5g)、あおなご(3g)、だし昆 布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／牛乳(140g)、／た べつ子ベイおやさい(1袋)、／ひとくちしょうゆせん(1袋)、	◎牛乳、◎お子さ ませんべい、牛乳、 たべつ子ベイ ピーおやさい、ひ とくちしょうゆ せん	546(517) 22.5(21.8) 19.3(19.4) 1.3(1.2)
05 金	ごはん、鯖の漬け焼き、ひ じきの炒め煮、豆腐の味 噌汁	牛乳(0g)、／畑のクラッカー(0g)、／米(50g)、／さくら(1切)、料理酒(0g)、さ とう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、／芽ひじき(2g)、うすあげ(3g)、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)、／木綿豆腐(20g)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(15g)、にんじん (5g)、こま(1g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／牛乳(140g)、／おろしマヨネーズ (25g)、さとう(3g)、無塩バター(5g)、無糖ヨーグルト(6g)、南瓜ペース (10g)、さとう(2g)、	◎牛乳、◎畑のク ラッカー、牛乳、か ぼちゃのスコー ン	578(532) 22.7(21.9) 18.3(18.5) 2.0(1.6)
06 土	和風スパゲティ、じゃ が芋のみそ汁	牛乳(0g)、／野菜スナック☆(0g)、／スパゲティ(50g)、ショルダーベーコン (17g)、たまねぎ(20g)、キャベツ(15g)、にんじん(5g)、えのきたけ(5g)、無塩 バター(4g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、濃口しょうゆ(6g)、／じゃがいも(30g)、 うすあげ(5g)、たまねぎ(15g)、こま(1g)、とりがらす(3g)、干しわかめ(0g)、 けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／牛乳(140g)、／ミニ動物ビスケット(1袋)、／1 歳からのサッポロポテト(1袋)、	◎牛乳、◎野菜ス ナック、牛乳、ミ ニ動物ビスケッ ト、1歳からの サッポロポテト	529(504) 20.4(18.4) 16.7(16.8) 2.4(1.9)
08 月	ごはん、酢豚、豆腐のすま し汁	牛乳(0g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g)、／米(50g)、／ 豚角切(35g)、しょうが(0g)、濃口しょうゆ(1g)、でんぷん(8g)、なたね油(4g)、 たまねぎ(40g)、にんじん(10g)、ピーマン(5g)、パイン缶(5g)、なたねサラダ 油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、米粉(1g)、トマチャ(1g)、とりがら スープ(1g)、／木綿豆腐(20g)、うすあげ(3g)、じゃがいも(15g)、たまねぎ (10g)、にんじん(5g)、あおなご(3g)、濃口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、だし昆布 (1g)、けずりぶし(2g)、／牛乳(140g)、／おつゆ(5g)、無塩バター(4g)、グラ ニュー糖(4g)、きなこ(3g)、／みかん(1個)、	◎牛乳、◎とうも ろこしでつくっ たパフスナック 塩味、牛乳、きな このラスク、冷凍 みかん	586(537) 22.0(20.0) 20.9(19.9) 0.7(0.7)
09 火	ごはん、焼き鯖、トマト煮、 野菜スープ	牛乳(0g)、／ふわふわチップ じゃがいも味 20g(0g)、／米(50g)、／さば (1切)、食塩(0g)、料理酒(0g)、でんぷん(3g)、／たまねぎ(25g)、じゃがいも (30g)、にんじん(12g)、なす(3g)、なたねサラダ油(1g)、トマチャ(8g)、トマ チャ(4g)、赤ワイン(1g)、さとう(1g)、とりがらす(2g)、食塩(0g)、／ショ ルダーベーコン(10g)、手亡豆(10g)、たまねぎ(25g)、にんじん(6g)、しめじ (6g)、スッキーニ(5g)、淡口しょうゆ(1g)、とりがらす(3g)、食塩(0g)、オ リーブ油(0g)、／牛乳(140g)、／小麦粉(25g)、パイン缶(1g)、黒砂糖 (7g)、スキムミルク(3g)、なたねサラダ油(3g)、	◎牛乳、◎ふわふ わチップじゃが いも味、牛乳、黒糖 蒸しパン	613(550) 25.5(23.7) 18.5(18.5) 0.8(0.7)
10 水	ごはん、豚肉とキャベツ の炒め物、かぼちゃのみ そ汁	牛乳(0g)、／カリボテスナック(0g)、／米(50g)、／豚もも肉(30g)、しょうが (0g)、たまねぎ(15g)、キャベツ(25g)、にんじん(10g)、ピーマン(5g)、さとう (2g)、濃口しょうゆ(3g)、みりん(1g)、なたねサラダ油(1g)、／かぼちゃ(20g)、 うすあげ(3g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおなご(3g)、けずりぶし(3g)、 みそ(8g)、／牛乳(140g)、／まるいクラッカー(10g)、／ねじりん棒(10g)、	◎牛乳、◎カリボ テスナック、牛乳、 まるいクラッ カー、ねじりん棒	506(458) 27.0(23.5) 16.9(15.9) 1.6(1.3)
12 金	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(30g)、じゃがいも (40g)、たまねぎ(30g)、にんじん(12g)、糸こんにゃく(10g)、なたねサラダ油 (1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(4g)、／冷凍豆腐(10g)、おつゆ(1g)、たまね ぎ(10g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口 しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／焼きのり小袋(1袋)、／牛乳(140g)、／たべつ子ど うぶつバター味(1袋)、／ソフトせんべい塩味(1袋)、	◎牛乳、◎畑のク ラッカー、牛乳、た べつ子どうぶつ バター味、ソフト せんべい塩味	532(512) 19.1(17.8) 16.9(17.9) 0.9(0.8)
13 土	肉うどん、チャンプル	牛乳(0g)、／野菜スナック☆(0g)、／干しうどん(55g)、豚もも肉(30g)、さとう (1g)、濃口しょうゆ(1g)、みりん(0g)、たまねぎ(20g)、あおなご(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)、／ 冷凍豆腐(30g)、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(1g)、料理酒(0g)、食塩 (0g)、こしょう(0g)、／牛乳(140g)、／えびスナック(1袋)、／ぼたぼた焼き(1 袋)、	◎牛乳、◎野菜ス ナック、牛乳、えび スナック、ぼたぼ た焼き	522(497) 22.5(19.9) 15.5(16.0) 3.3(2.7)
15 月	ごはん、鶏肉の煮物、厚揚 げの味噌汁、ふりかけ(海 苔香味)	牛乳(0g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g)、／米(50g)、／ 鶏もも肉(30g)、たまねぎ(20g)、じゃがいも(35g)、にんじん(10g)、グリーン ピース(3g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、けずりぶし(2g)、／冷 凍厚揚げ(20g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、あおなご(3g)、 けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／ふりかけ(海苔香味)(1袋)、／牛乳(140g)、／ アンパンマンのひとくちビスケット4連(1袋)、／ソフトな塩せん 2枚×8 袋(1袋)、	◎牛乳、◎とうも ろこしでつくっ たパフスナック 塩味、牛乳、アン パンマンのひとく ちビスケット、ソ フトな塩せん	511(490) 20.0(18.3) 15.5(16.4) 1.6(1.5)
16 火	ごはん、焼きビーフン、豆 腐のすまし汁、じゃこの 佃煮	牛乳(0g)、／ふわふわチップ じゃがいも味 20g(0g)、／米(50g)、／ビー フン(10g)、豚もも肉(35g)、たまねぎ(25g)、にんじん(5g)、キャベツ(20g)、 ピーマン(3g)、濃口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、なたねサラダ油 (1g)、とりがらす(2g)、でんぷん(2g)、／木綿豆腐(20g)、ながいも(15g)、 にんじん(5g)、えのきたけ(5g)、あおなご(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、 淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／ちりめんじゃこ(6g)、さとう(1g)、濃口しょう ゆ(1g)、みりん(1g)、こま(1g)、／牛乳(140g)、／エスコイン(12g)、／ふ くらみせんべい(7g)、	◎牛乳、◎ふわふ わチップじゃが いも味、牛乳、エ スコイン、ふくら み桜えびせんべ い	526(463) 22.9(20.0) 14.1(13.6) 1.6(1.3)

幼 児 食 献 立 表

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
17 水	ごはん、カラスガレイのごま味噌焼き、冬瓜汁、じゃがいもの炒め煮	牛乳(0g)、／カリボテスナック(0g)、／米(50g)、／カラスガレイ(1切)、みそ(4g)、濃口しょうゆ(1g)、みりん(1g)、料理酒(1g)、さとう(1g)、ごま(1g)、／鶏もも肉(10g)、しょうが(0g)、とうがん(25g)、にんじん(5g)、えのきたけ(5g)、チンゲンサイ(7g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、でんぷん(1g)、／じゃがいも(35g)、にんじん(5g)、さんどまめ(5g)、ちくわ(3g)、ごま油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、／牛乳(140g)、／ホットケーキミックス(25g)、スキムミルク(3g)、無塩バター(4g)、さとう(3g)、牛乳(20g)、	◎牛乳、◎カリボテスナック、牛乳、プレーンホットケーキ	540(493) 23.5(22.3) 13.3(13.1) 1.5(1.2)
18 木	ごはん、シーフードカレー、春雨の炒め物	牛乳(0g)、／岩塚のお子さませんべい☆(0枚)、／米(60g)、／苳きえび(20g)、鶏もも肉(15g)、たまねぎ(30g)、じゃがいも(30g)、にんじん(10g)、なす(10g)、トマト(10g)、ズッキーニ(5g)、にんにく(1g)、しょうが(1g)、なたねサラダ油(2g)、コクと旨みのまろやかカレー(5g)、ｶﾚｰﾙｰ(3g)、ﾄﾏﾄﾅﾁｬｯﾌﾟ(3g)、ｶﾀｰｰｽ(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／春雨(7g)、焼豚(7g)、キャベツ(30g)、たまねぎ(10g)、にんじん(5g)、ピーマン(5g)、ごま油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(1g)、／牛乳(140g)、／たべっこ子パイパイおやさい(1袋)、／ひとくちしょうゆせん(1袋)、／型抜きチーズ(1個)、	◎牛乳、◎お子さませんべい、牛乳、たべっこ子パイパイおやさい、ひとくちしょうゆせん、型抜きチーズ	643(558) 23.6(21.1) 19.1(18.5) 1.8(1.6)
19 金	ごはん、鯖の漬け焼き、ひじきの炒め煮、豆腐の味噌汁	牛乳(0g)、／畑のクラッカー(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)、芽ひじき(2g)、うすあげ(3g)、にんじん(5g)、ごぼう(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)、／木綿豆腐(20g)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、こまつな(6g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／牛乳(140g)、／かぼちゃ(55g)、さとう(4g)、無塩バター(3g)、スキムミルク(2g)、グラニュー糖(1g)、牛乳(1g)、／青りんごﾌﾞﾘｰ(1個)、	◎牛乳、◎畑のクラッカー、牛乳、スイートポテト、青りんごゼリー	579(546) 22.2(21.5) 15.6(16.3) 1.7(1.4)
20 土	和風スパゲティ、じゃが芋のみそ汁	牛乳(0g)、／野菜スナック☆(0g)、／スパゲティ(50g)、ショルダーベーコン(17g)、たまねぎ(20g)、キャベツ(15g)、にんじん(5g)、えのきたけ(5g)、無塩バター(4g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、濃口しょうゆ(6g)、／じゃがいも(30g)、うすあげ(5g)、たまねぎ(15g)、こまつな(6g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／牛乳(140g)、／ミニ動物ビスケット(1袋)、／1歳からのサッポロポテト(1袋)、	◎牛乳、◎野菜スナック、牛乳、ミニ動物ビスケット、1歳からのサッポロポテト	529(504) 20.4(18.4) 16.7(16.8) 2.4(1.9)
22 月	ごはん、豚肉のあまから炒め、豆腐のみそ汁、焼きのり	牛乳(0g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g)、／米(50g)、／豚もも肉(35g)、たまねぎ(25g)、にんじん(10g)、チンゲンサイ(7g)、ピーマン(5g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、なたねサラダ油(1g)、／木綿豆腐(20g)、干しわかめ(0g)、じゃがいも(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／焼きのり小袋(1袋)、／牛乳(140g)、／紫芋パン(1個)、／みかん(1個)、	◎牛乳、◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味、牛乳、紫芋パン、冷凍みかん	602(532) 24.0(20.9) 14.7(14.5) 1.4(1.3)
23 火	ごはん、鯖の味噌煮、ささみと切干大根の炒め煮、かき卵汁	牛乳(0g)、／ふわふわチップ じゃがいも味 20g(0g)、／米(50g)、／さば(1切)、しょうが(0g)、みそ(4g)、さとう(2g)、みりん(1g)、料理酒(1g)、／きりほしだいこん(4g)、ささみフレーク(10g)、にんじん(5g)、さんどまめ(3g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、／たまご(15g)、ながいも(12g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、ほうれんそう(7g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、／牛乳(140g)、／スパゲティ(20g)、ハラベーコン(7g)、たまねぎ(20g)、にんじん(5g)、ピーマン(3g)、なたねサラダ油(2g)、トマトピューレ(ﾀｰﾚｯﾄﾞ) (10g)、ﾄﾏﾄﾅﾁｬｯﾌﾟ(5g)、ｶﾀｰｰｽ(1g)、さとう(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、	◎牛乳、◎ふわふわチップじゃがいも味、牛乳、ナポリタンスパゲティ	587(529) 26.4(24.4) 20.9(20.4) 1.4(1.2)
24 水	ごはん、鶏の香り揚げ、キャベツの甘酢炒め、もずくのスープ	牛乳(0g)、／カリボテスナック(0g)、／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)、でんぷん(5g)、なたね油(4g)、あおのり(0g)、／キャベツ(30g)、にんじん(5g)、きゅうり(5g)、なたねサラダ油(0g)、米酢(2g)、さとう(1g)、食塩(0g)、淡口しょうゆ(1g)、／もずく(10g)、木綿豆腐(10g)、たまねぎ(12g)、にんじん(5g)、チンゲンサイ(6g)、あおねぎ(3g)、けずりぶし(2g)、とりがらスープ(2g)、淡口しょうゆ(1g)、食塩(0g)、ごま油(0g)、／牛乳(140g)、／スイートポテト(10g)、／ねじりん棒(10g)、	◎牛乳、◎カリボテスナック、牛乳、スイートポテト、ねじりん棒	509(461) 20.7(18.5) 17.7(16.5) 0.8(0.6)
25 木	ごはん、焼き鮭、野菜のバターしょうゆ炒め、豚汁	牛乳(0g)、／岩塚のお子さませんべい☆(0枚)、／米(50g)、／紅鮭(1切)、料理酒(0g)、食塩(0g)、／キャベツ(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、しめじ(5g)、なたねサラダ油(1g)、無塩バター(1g)、濃口しょうゆ(1g)、さとう(1g)、／鶏もも肉(10g)、板こんにゃく(5g)、うすあげ(3g)、じゃがいも(15g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、／牛乳(140g)、／たべっこ子どうぶつバター味(1袋)、／ソフトせんべい塩味(1袋)、	◎牛乳、◎お子さませんべい、牛乳、たべっこ子どうぶつバター味、ソフトせんべい塩味	541(511) 23.5(22.7) 18.5(18.3) 1.5(1.3)
26 金	ひじきごはん、肉じゃが、キャベツの味噌汁	牛乳(0g)、／畑のクラッカー(0g)、／米(50g)、芽ひじき(3g)、にんじん(3g)、うすあげ(3g)、だし昆布(1g)、食塩(0g)、淡口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、／豚もも肉(25g)、じゃがいも(40g)、たまねぎ(30g)、にんじん(10g)、糸こんにゃく(5g)、グリーンピース(3g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(4g)、／キャベツ(15g)、こまつな(8g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、／牛乳(140g)、／小麦粉(25g)、ﾊﾞｰｰｷﾝｸﾞｰ(1g)、さとう(7g)、スキムミルク(3g)、純力レー粉(0g)、ダースチーズ(10g)、なたねサラダ油(3g)、	◎牛乳、◎畑のクラッカー、牛乳、カレー煮パン	595(534) 22.8(20.4) 17.1(16.7) 2.0(1.6)
27 土	肉うどん、チャンプル	牛乳(0g)、／野菜スナック☆(0g)、／干しうどん(55g)、豚もも肉(30g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(1g)、みりん(1g)、たまねぎ(20g)、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(30g)、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(1g)、料理酒(0g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／牛乳(140g)、／えびスナック(1袋)、／ぼたぼた焼き(1袋)、	◎牛乳、◎野菜スナック、牛乳、えびスナック、ぼたぼた焼き	522(497) 22.5(19.9) 15.5(16.0) 3.3(2.7)
29 月	ごはん、すき焼き風煮、南瓜のみそ汁	牛乳(0g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(0g)、／米(50g)、／牛もも肉(25g)、糸こんにゃく(7g)、木綿豆腐(20g)、はくさい(40g)、たまねぎ(20g)、白ねぎ(5g)、しいたけ(5g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(4g)、みりん(1g)、料理酒(1g)、／うすあげ(3g)、かぼちゃ(20g)、たまねぎ(15g)、キャベツ(10g)、にんじん(7g)、みそ(8g)、けずりぶし(3g)、／牛乳(140g)、／フライドポテト(冷凍) (60g)、なたね油(4g)、食塩(0g)、／ﾋﾞｰｰｸﾞｰ(1個)、	◎牛乳、◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味、牛乳、フライドポテト、ピーチゼリー	573(527) 18.5(16.7) 20.2(19.2) 1.6(1.5)
30 火	ごはん、ジャージャー豆腐、麩のすまし汁	牛乳(0g)、／ふわふわチップ じゃがいも味 20g(0g)、／米(50g)、／豚もも肉(20g)、冷凍厚揚げ(25g)、キャベツ(25g)、たまねぎ(20g)、にんじん(6g)、干ししいたけ(1g)、さやいんげん(3g)、なたねサラダ油(1g)、しょうが(1g)、みそ(3g)、とりがらスープ(2g)、さとう(1g)、料理酒(1g)、濃口しょうゆ(2g)、でんぷん(1g)、ごま油(0g)、／おつゆ麩(1g)、たまねぎ(15g)、にんじん(6g)、えのきたけ(5g)、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(140g)、／ｷｰｰﾙｰｽ(25g)、スキムミルク(3g)、無塩バター(4g)、さとう(3g)、無糖ヨーグルト(8g)、梨(15g)、レモン果汁(1g)、	◎牛乳、◎ふわふわチップじゃがいも味、牛乳、梨のケーキ	547(480) 20.8(18.3) 17.0(16.0) 1.2(1.0)
31 水	バーカーパン、ホキのチーズ焼き、野菜のソテー、かぼちゃスープ	牛乳(0g)、／カリボテスナック(0g)、／バーカーパン(1個)、バーカーパン(0個)、／ホキ(1切)、食塩(0g)、こしょう(0g)、白ワイン(1g)、小麦粉(3g)、粉チーズ(3g)、無塩バター(3g)、／キャベツ(25g)、たまねぎ(10g)、にんじん(5g)、ピーマン(3g)、なたねサラダ油(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／ショルダーベーコン(8g)、南瓜ペースト(30g)、かぼちゃ(15g)、たまねぎ(20g)、無塩バター(2g)、牛乳(30g)、生クリーム(2g)、とりがらスープ(3g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、／牛乳(140g)、／ミルクスティック(10g)、／とうもろこしでつくったパフスナック塩味(7g)、	◎牛乳、◎カリボテスナック、牛乳、ミルクスティック、とうもろこしでつくったパフスナック塩味	546(485) 24.2(22.2) 22.6(20.4) 1.8(1.4)