



献立だより



日	曜	献立名	8大アレルギー物質	食 品 名			栄養量
			卵、乳、小麦 えび、かど、そば 落花生、くるみ	体をうごかす食品	体をつくる食品	体の調子を整える食品	
2	月	ご飯 松風焼き さつま芋シモン煮 パナナ りんご汁	卵	粥 ごま さつま芋 砂糖 切鰯	鰯ひき肉 木綿豆腐 卵 味噌	かぶ かぶ葉 大根 水菜 玉ねぎ 生姜 レモン果汁 バナナ 玉ねぎ	エネルギー 564(494) タンパク質 16.7(16.3) 脂質 17.0(16.1) 塩分 1.9(1.6)
		青のりせんべい おかき 牛乳	乳	青のりせんべい おかき	牛乳		
3	火	赤鬼オムライス こん棒バーグ (牛) 温野菜 みかん わかめスープ	卵 麦 小麦	ご飯 ギンビスアスピラガス	ハム 錦糸卵 ウィンナー 合挽肉 豚ひき肉 卵	玉ねぎ レーズン 玉ねぎ 人参 ブロッコリー みかん コーン	エネルギー 592(506) タンパク質 20.2(18.7) 脂質 24.6(22.1) 塩分 2.0(1.7)
		鬼さんしークリーム 牛乳	小麦 卵	ショーリー アボロ ホワイトクリーント ※ある組とはと組はアボロ無し	牛乳		
4	水	ロールパン チキングラタン コールスローサラダ オレンジスープ コンソメスープ	卵 小麦 小麦 乳	ロールパン マヨネーズ パン粉 サラダ油 砂糖	鰯もも肉 牛乳 ミックスチーズ 牛乳	玉ねぎ マッシュルーム バセリ粉 キャベツ、人参、コーン オレンジ 白菜 えのき	エネルギー 573(481) タンパク質 20.9(18.0) 脂質 21.9(19.4) 塩分 2.9(2.6)
		コーンフレーククッキー 牛乳	小麦、乳 乳	コーンフレーク ホットミックス 砂糖 マーブル	牛乳 牛乳		
5	木	わかめご飯 鶏の塩焼き レンコンの金平 りんご 味噌汁	卵	ご飯 油	わかめ 餅	生姜 小松菜 れんこん ピーマン 人参 りんご 南瓜 玉ねぎ	エネルギー 556(495) タンパク質 16.9(18.5) 脂質 18.6(15.4) 塩分 2.0(1.9)
		マシュマロ◎アルフォート◎ 牛乳	卵 小麦 乳	マシュマロ アルフォート	牛乳		
6	金	味噌ラーメン ヨーグルト	卵 小麦	中華麺 油 砂糖 ごま油	豚挽き肉 味噌 ヨーグルト	もやし 韭菜 にら コーン	エネルギー 604(603) タンパク質 24.2(21.6) 脂質 18.9(18.0) 塩分 2.0(1.8)
		メロンパン風トースト 牛乳	小麦 乳 乳	食パン ホットミックス サラダ油 グラニュー糖	牛乳 牛乳		
7	土						エネルギー 122.0 タンパク質 2.5 脂質 1.2 塩分 -
		あんぱん ヤクルト	卵 小麦 卵	あんぱん			
9	月	ポークカレー コーンサラダ ヨーグルト コンソメスープ	小麦 乳 卵	ご飯 じゃが芋 サラダ油 フレンチドレッシング 砂糖 いちごジャム	豚肉 ヨーグルト ベーコン	玉ねぎ 人参 レタス 人参 コーン キャベツ	エネルギー 601(552) タンパク質 16.9(16.3) 脂質 20.3(20.0) 塩分 2.1(1.7)
		アルフォート ブランチュール 牛乳	卵 小麦 乳	アルフォート ブランチュール	牛乳		
10	火	かつ丼 ほうれん草の胡麻和え オレンジ 味噌汁	小麦 卵	ご飯 サラダ油 ごま 砂糖	とんかつ 卵 わかめ 味噌	玉ねぎ ほうれん草 人参 しめじ オレンジ	エネルギー 566(526) タンパク質 19.2(18.0) 脂質 20.9(21.0) 塩分 2.4(2.1)
		青のりせんべい おかき 牛乳	乳	青のりせんべい おかき	牛乳		
11	水	建国記念日					エネルギー タンパク質 脂質 塩分
		間食					
12	木	ご飯 魚のマヨコーン焼 じゃが芋のそぼろ煮 パナナ 味噌汁	小麦 卵	ご飯 油 マヨネーズ じゃが芋 砂糖 油	鰯ひき肉 味噌 油揚げ	コーン ブロッコリー じゃが芋 人参 いんげん パナナ もやし	エネルギー 556(515) タンパク質 21.9(20.1) 脂質 15.8(16.2) 塩分 1.3(1.2)
		里たべよ 黒棒 牛乳	卵 乳	里たべよ 黒棒	牛乳		
13	金	スマグッティミートソース (牛) ジヨアマスカット	小麦 乳	スマグッティ	合挽き肉 ジヨアマスカット	玉ねぎ 人参 バセリ	エネルギー 590(487) タンパク質 23.7(21.6) 脂質 17.9(15.5) 塩分 1.3(1.1)
		おからドーナツ 牛乳	小麦 乳	小麦粉 砂糖 サラダ油 粉糖	おから 豆乳 牛乳		
14	土						エネルギー 122.0 タンパク質 2.5 脂質 1.2 塩分 -
		あんぱん ヤクルト	卵 小麦 卵	あんぱん			
16	月	ご飯 牛肉コロッケ (牛) 大根のそぼろ煮 オレンジ 味噌汁	小麦 卵	ご飯 じゃが芋 油 油 砂糖	牛ひき肉 豚ひき肉 味噌	キャベツ 大根 生姜 胡瓜 人参 生姜 胡瓜 オレンジ ほうれん草 豆腐	エネルギー 554(502) タンパク質 14.2(13.6) 脂質 17.6(17.9) 塩分 1.6(1.3)
		ルマンド◎ ホワイトロリータ◎ 牛乳	卵 小麦 乳	ルマンド ホワイトロリータ	牛乳		
17	火	ご飯 八宝菜 かに焼壳 パナナ 中華スープ	卵 小麦	ご飯 砂糖 油	豚肉 かに焼壳 わかめ	白菜 な 人参 ピーマン 玉ねぎ インゲン 韭菜 パナナ 玉ねぎ	エネルギー 502(465) タンパク質 15.5(15.0) 脂質 12.8(13.8) 塩分 1.3(1.3)
		里たべよ 黒棒 牛乳	卵 乳	里たべよ 黒棒	牛乳		
18	水	ロールパン 鶏肉のチーズ焼き マセドンアラダ いちご コンソメスープ	卵 小麦 小麦 乳	ロールパン 砂糖 じゃが芋 マヨネーズ	鰯もも肉 チーズ コーンスープ	玉ねぎ バセリ ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン いちご キャベツ 人参	エネルギー 513(462) タンパク質 22.7(20.6) 脂質 17.2(17.1) 塩分 1.8(2.2)
		納豆チジミ 牛乳	小麦 乳	薄力粉 米粉 油 砂糖	納豆 牛乳	あさつき	

日	曜	献立名	8大アレルギー物質	食 品 名			栄養量
			卵、乳、小麦 えび、かど、そば 落花生、くるみ	体をうごかす食品	体をつくる食品	体の調子を整える食品	

19	木	ぶりかけご飯 白身魚のムニエルタルタルかけ 高野豆腐の煮物 牛乳味噌汁	卵 小麦 卵 乳	ご飯 マーガリン マヨネーズ 砂糖 砂糖 味噌 じゅがいも	卵 メルルーサ 卵 高野豆腐 牛乳 味噌 わかめ	玉葱 パセリ プロッコリー 人参 大根 きぬさや みかん缶	エネルギー 597 (522) タンパク質 21.5 (17.8) 脂質 22.4 (21.3) 塩分 2.2 (1.6)
		青のりせんべい ノアール◎ 牛乳	乳	青のりせんべい ノアール 牛乳	牛乳		
20	金	焼うどん ジョア	小麦 乳	うどん ごま油	豚ばら肉 細節 ジョアストロベリー	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし	エネルギー 534 (496) タンパク質 20.1 (19.8) 脂質 20.0 (19.3) 塩分 2.4 (2.0)
		プリン 牛乳	卵 乳	砂糖	卵 牛乳 牛乳		
21	土	天皇誕生日					エネルギー 122.0 タンパク質 2.5 脂質 1.2 塩分 -
		あんぱん ヤクルト	卵 小麦 卵	あんぱん			
23	月						エネルギー タンパク質 脂質 塩分
24	火	キーマカレー コーンサラダ フルーツポンチ コンソメスープ	小麦	ご飯 米粉 サラダ油 サラダ油 砂糖 砂糖	豚ひき肉 大豆 ヨーグルト 絹ごし豆腐	玉葱 人参 トマト缶 レタス 人参 コーン みかん缶 バイン缶 バナナ ほうれん草	エネルギー 581 (570) タンパク質 19.2 (21.9) 脂質 19.5 (21.9) 塩分 1.2 (1.2)
		アルフォート◎ブランチュール◎ 牛乳	卵 小麦 牛乳	アルフォート ブランチュール	牛乳		
25	水	ロールパン ロールキャベツのクリーム煮 南瓜のヨーグルトサラダ オレンジ コンソメスープ	卵 小麦 卵 小麦 乳 乳 卵	ロールパン シチューミックス マヨネーズ	ロールキャベツ ヨーグルト ベーコン	ブロッコリー 人参 南瓜 レーズン オレンジ 玉ねぎ 人参	エネルギー 572 (458) タンパク質 20.6 (19.2) 脂質 22.7 (19.2) 塩分 2.6 (2.3)
		うドーナツ (コア) 牛乳	小麦 卵 乳 牛乳	うどん ホットキッシュ サラダ油 砂糖	牛乳 牛乳		
26	木	ゴマ塩ご飯 ぶり大根 白菜とりんごのサラダ バナナ みそ汁	卵	ご飯 砂糖 フレンチドレッシング じゃが芋	ぶり ハム わかめ 味噌	生姜 大根 茶の花 白菜 りんご バナナ	エネルギー 552 (507) タンパク質 20.1 (18.9) 脂質 18.1 (18.5) 塩分 2.3 (2.1)
		青のりせんべい ノアール◎ 牛乳	乳	青のりせんべい ノアール	牛乳		
27	金	豚汁うどん ヨーグルト	小麦 乳	うどん ごま油 里芋 ジャガイモ	豚もも肉 味噌 ヨーグルト	大根 人参 長葱	エネルギー 521 (478) タンパク質 22.3 (21.1) 脂質 18.9 (17.3) 塩分 1.4 (1.2)
		焼けパン風ロールパン 牛乳	卵 小麦 牛乳	ローリー 小麦粉 パン粉 砂糖 油	卵 きな粉 牛乳		
28	土						エネルギー 122.0 タンパク質 2.5 脂質 1.2 塩分 -
		あんぱん ヤクルト	卵 小麦 卵	あんぱん			



※献立に目を通し、食べたことのない食材がある場合、給食前に必ずご家庭で2回以上食べてください。

アレルギー反応が出た場合、必ず園に報告し、お医者様へ受診の上診断書の提出をお願いいたします。

※仕入れ状況により、献立を変更する場合があります。

※あひる組・はと組には午前中にも牛乳を提供します。

※あひる組・はと組にはチョコレートは提供していません。その他の食材も、3歳未満児に適したものに変更して提供しております。

※()はあひる組・はと組の栄養量です。

◎は3歳以下は別の物に変更