

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日						
午前			【1か月平均栄養素量】 《未満児（主食込み）》 エネルギー 461kcal たんぱく質 18.6g 脂質 14.7g 《以上児（主食なし）》 エネルギー 386kcal たんぱく質 19.4g 脂質 16.7g		1	牛乳、クラッカー	2	牛乳、ビスケット				
昼食					飯、ふと白菜のすまし汁、高野豆腐の炒め煮、金平	飯、豚ひき肉丼、さつまいのみそ汁						
午後					牛乳、塩おにぎり 	牛乳、オレンジ、かりんとう						
午前	4	牛乳、せんべい	5	牛乳、ウエハース	6	牛乳、ポーロ	7	牛乳、ビスケット	8	牛乳、クラッカー	9	牛乳、せんべい
昼食	飯、きつね丼、ツナサラダ、なし	飯、えのきたけのスープ、ポークチャップ、白菜のじゃこ和え、バナナ	飯、じゃがいもと揚げのみそ汁、鶏つくね甘辛煮、もやしのごま酢和え	飯、豆腐のみそ汁、ひじき入り厚焼き卵、かぼちゃの甘煮	飯、中華コーンスープ、鶏肉のごまみそ焼き、切干しの中華サラダ	飯、豚肉の生姜焼き、春雨とはくさいのスープ						
午後	牛乳、ミルクもち	牛乳、つぶつぶオレンジゼリー、カルシウム強化せんべい	牛乳、お好み焼き	牛乳、マーブルホットケーキ	牛乳、栗入りおにぎり 	牛乳、パイナップルケーキ						
午前	11	牛乳、ウエハース	12	牛乳、クラッカー	13	牛乳、コーンフレーク	14	牛乳、もも缶	15	牛乳、せんべい	16	牛乳、ビスケット
昼食	飯、ハヤシライス、大根の和風サラダ、オレンジ	飯、白菜とにんじんのみそ汁、焼き魚の甘酢あんかけ、もやしのナムル	飯、わかめと豆腐のスープ、鶏肉のプロバンス風、みそネーズ和え	飯、なすのみそ汁、魚のみじ焼き、野菜炒め	飯、肉団子スープ、納豆和え、バナナ	飯、かぼちゃと鶏肉の含め煮、大根のみそ汁						
午後	牛乳、りんごとさつまいものガレット	牛乳、もちもちチーズパン	牛乳、セルフジャムサンド	牛乳、ココアクッキー	牛乳、鉄強化ヨーグルト、クラッカー	牛乳、バナナ、かりんとう						
午前	18	敬老の日	19	牛乳、ポーロ	20	牛乳、ウエハース	21	牛乳、ビスケット	22	牛乳、せんべい	23	秋分の日
昼食				飯、たまねぎのスープ、ピザバーグ、白菜のおかか和え	飯、チンゲン菜のみそ汁、煮魚、マカロニサラダ、バナナ	飯、豆腐とえのきのみそ汁、カレー鶏じゃが、小松菜の菜焼き、オレンジ						
午後	牛乳、赤飯おにぎり			牛乳、スイートポテト	牛乳、麩のラスク	牛乳、冷やし煮豆						
午前	25	牛乳、クラッカー	26	牛乳、ビスケット	27	牛乳、みかん缶	28	牛乳、コーンフレーク	29	牛乳、ポーロ	30	牛乳、せんべい
昼食	飯、レバー入りなすとひき肉のカレー、白菜の塩昆布あえ、オレンジ	飯、にんじんとたまねぎのみそ汁、魚のフライ、ピクルス	飯、じゃがいもの中華スープ、チンジャオロースー、ひじきの五目炒め煮	飯、ふとたまねぎのみそ汁、さばのソース煮、ほうれんそうの磯和え、バナナ	飯、大根としめじのみそ汁、鶏鍋照り焼き、里芋のおかか煮 	飯、炒り豆腐、かぼちゃのみそ汁						
午後	牛乳、きなこおはぎ風		牛乳、りんごゼリー、鉄強化ウエハース	牛乳、黒糖ビスケット	牛乳、ふかし芋	牛乳、菓子パン	牛乳、ホットケーキ					

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります