

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名					午後のおやつ (乳・幼児)
			主食 (乳・幼児)	副食 1 (乳・幼児)	副食 2 (乳・幼児)	副食 3 (乳・幼児)	汁物 (乳・幼児)	
17	土	玄米 せんべい	チャーハン		フルーツ		わかめスープ	蒸しパン
			米 豚肩小間 人参・細ねぎ 油・しょうゆ・中華だし 塩・コンソメ ごま油	バナナ			わかめ 長ねぎ 白ごま 鶏がらスープ 塩・しょうゆ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油 豆乳
19	月	玄米 せんべい	ごはん	厚揚げのそぼろ煮	もやしと人参の おかか和え		みそ汁	炊き込みごはん
			米	豚ひき・高野豆腐 厚揚げ 人参 玉ねぎ 砂糖・しょうゆ・だし汁 油・片栗粉	もやし 人参 しょうゆ かつお節		にら もやし だし汁 みそ	米 鶏肉 人参 しょうゆ・酒・塩
20	火	蒸し 野菜	ごはん	ポークチャップ	中華サラダ	しらす佃煮	みそ汁	芋ようかん
			米	豚肉 玉ねぎ じゃがいも にんにく・トマト缶 油・砂糖・コンソメ 塩	春雨 きゅうり 人参 もやし ごま油・酢・しょうゆ 砂糖・塩	釜揚げしらす 酒 みりん 砂糖 しょうゆ	わかめ 玉ねぎ だし汁 みそ	さつまいも 寒天 砂糖 塩
21	水	玄米 せんべい	ごはん	ハンバーグ	切干大根サラダ		すまし汁	紅茶クッキー
			米	豚ひき 玉ねぎ・じゃがいも 豆腐・米粉・パン粉 ケチャップ・ソース 砂糖・高野豆腐 しょうゆ・みりん マヨドレ	切干大根 きゅうり・人参 ツナ缶 しょうゆ・酢 砂糖・白ごま・油		豆腐 だし汁 しょうゆ 塩	米粉 紅茶 片栗粉 ベーキングパウダー 砂糖・豆乳 塩・油
22	木	果物	ごはん	筑前煮	青のりポテトサラダ	じゃこおかか	みそ汁	プレーンマフィン
			米	豚肉 人参・ごぼう いんげん 厚揚げ 油・だし汁 砂糖・しょうゆ 酒・みりん	じゃがいも 人参・きゅうり 青のり マヨドレ・砂糖・塩	ちりめんじゃこ 煮干し節 しょうゆ みりん 砂糖 白ごま ごま油	厚揚げ 玉ねぎ だし汁 みそ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油・豆乳 豆乳クリーム カラースプレー いちごジャム
23	金	玄米 せんべい	ふりかけごはん	鶏肉と大豆の煮物	野菜サラダ		みそ汁	かぼちゃスコーン
			米 いわし・昆布粉末 青のり 白ごま しょうゆ・酢	鶏肉 生姜 大豆水煮 じゃがいも 長ねぎ 油・だし汁 砂糖・しょうゆ・酒	きゅうり 人参 きゅうり 油 酢 砂糖・塩		小松菜 だし汁 みそ	米粉 ベーキングパウダー かぼちゃ 豆乳 砂糖 塩 油
24	土	玄米 せんべい	チキンライス		フルーツ		わかめスープ	プレーンマフィン
			米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ケチャップ 塩	バナナ			わかめ 長ねぎ 白ごま 鶏がらスープ 塩・しょうゆ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油 豆乳

移行献立表 No.3

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名					午後のおやつ (乳・幼児)
			主食 (乳・幼児)	副食 1 (乳・幼児)	副食 2 (乳・幼児)	副食 3 (乳・幼児)	汁物 (乳・幼児)	
26	月	玄米 せんべい	ごはん	松風焼き	切干大根のナムル	じゃこおかか	みそ汁	バナナケーキ
			米	鶏ひき・豆腐 玉ねぎ・じゃがいも 米粉・パン粉 高野豆腐 みそ・砂糖 みりん・酒 白ごま	切干大根 小松菜 もやし 人参 しょうゆ・酢・砂糖 ごま油・白ごま	ちりめんじゃこ 煮干し節 しょうゆ みりん 砂糖 白ごま ごま油	小松菜 厚揚げ だし汁 みそ	バナナ 米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油 豆乳
27	火	蒸し 野菜	ごはん	かじきの ガーリックソテー	小松菜サラダ		すまし汁	いももち
			米	かじき 塩・にんにく ケチャップ・マヨドレ ソース	小松菜 ツナ缶 人参 きゅうり しょうゆ・塩 酢・油		鶏肉 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 塩	じゃがいも 片栗粉 豆乳 砂糖 しょうゆ 油
28	水	玄米 せんべい	そぼろ丼		ツナのサラダ		わかめスープ	豆乳プリン
			米 豚ひき 玉ねぎ・にんにく 人参 ケチャップ・ソース コンソメ		ツナ缶 人参 きゅうり 油・ごま油・酢 しょうゆ・砂糖		わかめ 長ねぎ 白ごま 鶏がらスープ 塩・しょうゆ	豆乳 砂糖 ゼラチン
29	木	果物	ごはん	厚揚げの煮物	大根とツナの 和風サラダ	しらす佃煮	みそ汁	おにぎり
			米	厚揚げ みりん 砂糖 しょうゆ 酒	大根 きゅうり 人参 ツナ缶 しょうゆ・酢 油・砂糖	釜揚げしらす 酒 みりん 砂糖 しょうゆ	小松菜 だし汁 みそ	米 鮭フレーク ツナ缶 しょうゆ・砂糖
30	金	玄米 せんべい	ふりかけごはん	鶏肉のごま味噌焼き	かぼちゃサラダ		みそ汁	おぼけドーナツ
			米 いわし・昆布粉末 青のり 白ごま しょうゆ・酢	鶏もも肉 みそ しょうゆ 酒 砂糖 白ごま	かぼちゃ きゅうり レーズン マヨドレ 酢・砂糖 塩		豆腐 だし汁 みそ	米粉 砂糖 ベーキングパウダー 油・豆乳 かぼちゃ 粉砂糖・レモン汁
31	土	玄米 せんべい	焼き肉丼		フルーツ		みそ汁	もちもちパンケーキ
			米 豚肉 玉ねぎ・人参・ニラ 油・しょうゆ・酒 みりん・砂糖・ごま油 にんにく		バナナ		豆腐 わかめ だし汁 みそ	米粉 ベーキングパウダー 豆乳 砂糖 塩 油

【今月の平均栄養量】

	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
乳児	456	16.2	12.6	1.5
幼児	539	19.9	15.6	1.9

※都合により一部献立が変更になる場合があります。

※昼食・おやつ時には白湯がつけます。

移行献立表 No.4