

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 牛乳、バナナ	2 牛乳、ソフトせんべい	3 	4 
昼食			麦ごはん、豆腐のつくね揚げ、きゅうりとかにかまの酢の物、白菜のすまし汁、トマト	ごはん、こいのぼりハンバーグ、グリーンアスパラ、わかめスープ、バナナ	憲法記念日 	みどりの日 
午後			フルーツヨーグルト和え	牛乳、ミニたい焼き、Caせんべい		
午前	6 	7 牛乳、バナナ	8 牛乳、オレンジ	9 牛乳、バナナ	10 ヨーグルト	11 牛乳、どうぶつビスケット
昼食	子どもの日 振替休日 	麦ごはん、スパゲッティミートソース、三色サラダ、ミルクスープ、オレンジ	ごはん、鮭のバター焼き、チーズサラダ、コーンのカレースープ、バナナ	ごはん、スペイン風オムレツ、きゅうりとわかめの酢の物、すり身の味噌汁、ネーブル	ごはん、ちゃんぽん、磯辺和え、トマト、オレンジ	ごはん、旨煮、枝豆（以上児）、きのこ汁、バナナ
午後		牛乳、二色サンド	オレンジ寒天	牛乳、ミルクスコーン	ココアミルク、クロワッサン	牛乳、ハーベスト、はごろもあられ
午前	13 牛乳、オレンジ	14 牛乳、バナナ	15 牛乳、ネーブル	16 牛乳、コーンフレーク	17 牛乳、オレンジ	18 どうぶつビスケット
昼食	ごはん、豆腐のみそチーズ焼き、野菜のくるみ和え（未満児はごま和え）、すまし汁、バナナ	もち麦ごはん、鮭のポテサフ焼き、かみかみ和え、コーンスープ、ネーブル	ごはん、昆布の天ぷら、ほうれんそうのごま和え、豆腐の味噌汁、バナナ	ソフトフランス、白身魚のチーズムニエル、じゃがいものチリコンカン、コーンクリームスープ、オレンジ	ごはん、栄養きんぴら、中華ポテト、トマト、きのこの味噌汁、バナナ	親子ふれあい遠足 
午後	牛乳、あずき蒸しパン	牛乳、ラスク	牛乳、小魚アーモンド、ソフトせんべい	お茶、ひじきおにぎり	牛乳、チョコボルガ	かりんとう、ルヴァンクラッカー
午前	20 牛乳、おこめボール	21 牛乳、バナナ	22 牛乳、オレンジ	23 牛乳、バナナ	24 牛乳、マルボーロ	25 牛乳、マンナウエハース
昼食	ごはん、チキンカレー、きゅうりとトマトのサラダ（以上児、コンソメスープ（未満児）、バナナ	ごはん、すり身のみどり揚げ、アスパラのクリームマヨ焼き、花麩のすまし汁、パナップル	十六穀ごはん、高野豆腐の卵とじ、ひじきの炒め煮、バナナ、きのこ汁	もち麦ごはん、シーフードかき揚げ、ごま酢和え、豆乳味噌汁、オレンジ	ごはん、照焼きチキン、フライドカットポテト（以上児）、アスパラの塩ゆで、ころころサラダ、わかめ卵スープ、フルーツ盛り	ごはん、ひじきと大豆の煮物、ウインナー（以上児）、すまし汁、バナナ
午後	牛乳、ビスコ、ベジたべる	牛乳、おからのパウンドケーキ	牛乳、ごま風味パン	牛乳、お豆の黒糖がらめ	ミルクカルピス、プチシュー、プチうすやき	牛乳、源氏パイ、まがりせんべい
午前	27 牛乳、オレンジ	28 牛乳、バナナ	29 牛乳、オレンジ	30 牛乳、バナナ	31 牛乳、オレンジ	
昼食	十六穀ごはん、魚の竜田揚げ、ひよこ豆のサラダ、じゃがいもの味噌汁、パナップル	ごはん、肉うどん、トマト、南瓜のセサミサラダ、オレンジ	炊き込みごはん、照焼魚、ミモザサラダ、厚揚げの味噌汁、バナナ	ごはん、納豆コロッケ、海藻サラダ、ジュリアンスープ、ネーブル	ごはん、魚の味噌マヨネーズ焼き、ボイル野菜、カラフルスープ、バナナ	
午後	牛乳、ホットドッグ	桃寒天、おやつ昆布（以上児）	牛乳、もちもちドーナツ（ココア風味）	牛乳、ホットケーキ	ヨーグルト、アスパラガスビスケット	

※午前おやつは未満児さんのみ提供します。  
 ※10日、24日につきましては、未満児さんは牛乳を提供します。

◇16日に、以上児さんはラップおにぎりを手作りしてもらいます。

	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)	脂質 (g)	食塩相当 (g)
3歳以上児	513	20.7	16.8	1.7
3歳未満児	454	18.3	15.3	1.4