



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ
1	火	バナナ	ツナナポリタン キャベツサラダ お茶 グレープフルーツ	動物ビスケット ジュース
2	水	ジュース	ごはん 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ えのきのすまし汁 バナナ	☆きなこの麩菓子 牛乳
3	木	ヨーグルト	わかめうどん さばの塩焼き 小松菜のお浸し オレンジ	☆ごまパイ 牛乳
4	金	せんべい	ごはん チキンカレー アスパラサラダ お茶 グレープフルーツ	☆磯風味ポテト 牛乳
5	土	クラッカー 豆乳	豚丼 しめじの味噌汁 バナナ	たいやき パック麦茶
6	日			
7	月	せんべい	ビビンバ丼 わかめスープ オレンジ	☆焼きそば 牛乳
8	火	バナナ	食パン クリームシチュー ひじきサラダ グレープフルーツ	☆チーズおかかおにぎり お茶
9	水	ジュース	ごはん 鮭の磯辺焼き 和風ブロッコリーサラダ わかめと人参の味噌汁 バナナ	☆きなこあんマカロニ 牛乳
10	木	ヨーグルト	ミートソーススパゲティ コーンサラダ お茶 オレンジ	☆たけのこごはん お茶
11	金	せんべい	ごはん たららの照り焼き チンゲン菜のおかか和え ねぎの味噌汁 グレープフルーツ	☆マヨコーントースト 牛乳
12	土	クラッカー 豆乳	ドライカレー丼 野菜スープ バナナ	源氏パイ ジュース
13	日			
14	月	せんべい	ごはん 肉じゃが 豆腐の味噌汁 オレンジ	☆豆乳餅 牛乳
15	火	バナナ	にんじんパン さわらのチーズパン粉焼き トマトときゅうりのサラダ 牛乳 グレープフルーツ	☆ハリハリごはん お茶
16	水	ジュース	★ごはん ひじき入りハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ いちご	☆小豆蒸しパン 牛乳
17	木	ヨーグルト	わかめうどん さばの塩焼き 小松菜のお浸し オレンジ	☆ピザトースト 牛乳
18	金	せんべい	ごはん チキンカレー アスパラサラダ お茶 グレープフルーツ	源氏パイ ジョア
19	土	クラッカー 豆乳	豚丼 しめじの味噌汁 バナナ	たいやき パック麦茶
20	日			
21	月	せんべい	ビビンバ丼 わかめスープ オレンジ	☆お好み焼き 牛乳
22	火	バナナ	食パン クリームシチュー ひじきサラダ グレープフルーツ	☆ツナおにぎり お茶
23	水	ジュース	ごはん 鮭の磯辺焼き 和風ブロッコリーサラダ わかめと人参の味噌汁 バナナ	☆ほうれん草ケーキ 牛乳
24	木	ヨーグルト	ミートソーススパゲティ コーンサラダ お茶 オレンジ	☆スイートポテト 牛乳
25	金	せんべい	ごはん たららの照り焼き チンゲン菜のおかか和え ねぎの味噌汁 グレープフルーツ	☆コーン蒸しパン 牛乳
26	土	クラッカー 豆乳	ドライカレー丼 野菜スープ バナナ	源氏パイ ジュース
27	日			
28	月	せんべい	ごはん 肉じゃが 豆腐の味噌汁 オレンジ	パウムクーヘン ジョア
29	火	昭和の日		
30	水	ジュース	ごはん 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ えのきのすまし汁 バナナ	☆ツナサンドパン 牛乳

	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	食塩相当量g
3歳未満児	492kcal	19.9g	15.9g	1.4g
3歳以上児	561kcal	23.3g	18.7g	1.7g

※★マークは誕生会メニューです。
☆マークは手作りおやつです。

