

## 献立表(週間)

## 幼児後期(飯)

	4月1日(日)			4月2日(月)			4月3日(火)			4月4日(水)			4月5日(木)			4月6日(金)			4月7日(土)		
朝	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60
	豆腐の かにかま んかけ	木綿豆腐 かにかま さやえんどう 淡口醤油 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉	50 5 2.5 0.5 0.1 0.15 0.5	塩たら こと湯 葉和え	たらこ しそ 和種なばな 湯葉 干し 濃口醤油	10 1 30 1 2.5	鮭缶お ろし	さけ水煮缶詰 大根 皮剥 しそ 減塩正油パック	20 25 0.5 5	野菜卵 とじ	キャベツ(葉先 人参 皮剥 鶏卵 淡口醤油 みりん風調味料 煮干しだし	25 2.5 25 2.5 1.25 15	小松菜 の炒煮	小松菜(葉先) 凍り豆腐 赤ピーマン 菜種油 濃口醤油 上白糖	20 1 10 0.5 2.5 0.5	焼き魚 食塩 しそ	あかうお・40g 0.2 1	40 0.2 1	切り干 し大根 の煮物	切干し大根 人参 皮剥 菜種油 減塩しょうゆ(	3 5 0.5 2.5
	チンゲ ン菜の 和え物	チンゲンサイ 人参 皮剥 減塩しょうゆ(	25 5 1.25	野菜炒 め煮	キャベツ ピーマン 人参 皮剥 菜種油 減塩しょうゆ(	25 5 0.5 0.5	切干大 根梅肉 和え	切干し大根 人参 皮剥 生椎茸 梅干し(調味漬 上白糖	2.5 2.5 2.5 3 0.25	二色浸 し	もやし ピーマン 減塩しょうゆ(	20 5 2.5	茹で卵 の Mayo ネーズ 和え	鶏卵 マヨネーズ パセリ(粉)	50 5 0.2	いんげ んソテ ー	さやいんげん(	20	納豆	挽きわり納豆 減塩正油パック	40 5
	浅漬け	きゅうり 食塩	10 0.05	大豆と 昆布の 煮物	だいず水煮缶詰 刻み昆布 減塩しょうゆ(	7.5 0.25 1.25	のり佃 煮	のり佃煮	10	のり佃 煮	減塩あまのり佃	8	みそ汁	玉葱 大根 葉 淡色辛みそ 煮干しだし	20 20 5 75	みそ汁	F e+Z nふり	3	みそ汁	玉葱 もやし 小葱 淡色辛みそ 煮干しだし	20 10 2 5 75
	みそ汁	大根 皮剥 大根 葉 淡色辛みそ 煮干しだし	10 5 5 75	みそ汁	棒麩 カットわかめ 淡色辛みそ 煮干しだし	0.5 0.5 5 75	牛乳	白菜 なす 葱 淡色辛みそ 煮干しだし	15 5 2.5 5 75	みそ汁	大根 皮剥 貝割大根・芽 淡色辛みそ 煮干しだし	30 5 5 75	味付け のり	味付けのり	1	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180
	ジョア	ジョア・ストロ	125	牛乳	牛乳	180	ジョア	ジョア・プレー	125	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180						
昼	五目う どん	うどん ゆで 尾なしえび 鶏卵 ほうれん草(ゆ さやえんどう(	150 20 25 20 4	米飯	精白米	60	パン: オレン ジロー ル	オレンジロール 蒸し豚 肉あん かけ	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	赤飯	精白米 もち米 あずき 全粒・	30 30 6	米飯	精白米	60
	ポテト コロッ ケ	じゃが芋 合挽肉 玉葱 食塩 白こしょう 薄力粉 1等 鶏卵 パン粉(乾燥) 菜種油 キャベツ ソースパック	25 10 20 0.25 0.01 2.5 1.5 3 5 25 5	回鍋肉	豚ばら キャベツ ピーマン 葱 菜種油 淡色辛みそ 上白糖 鶏ガラスープ	20 35 5 7.5 1 4 0.5 0.25	和風豆 腐ハン バーグ	木綿豆腐 鶏ひき肉 玉葱 鶏卵 なが芋 片栗粉 減塩みそ 白こしょう 菜種油 大根 皮剥 しそ マヨネーズ	20 15 20 1.5 2.5 1.5 1 0.01 0.5 15 1 3	桜ポテ ト	じゃが芋 たらこ マヨネーズ グリーンピース	30 3 10 3	ザンギ	若鶏もも 皮な 濃口醤油 合成清酒 生姜 薄力粉 1等 調合油 サニーレタス レモン	40 2.5 0.5 0.5 3 4 5 10	魚のフ ライ	まだら・30g(	30	炒煮	じゃが芋 人参 皮剥 菜種油 減塩しょうゆ(	20 5 5 2.5
	ピーナ	白菜	30	南瓜の 煮物	かぼちゃ スナップえんど 減塩しょうゆ(	30 5 2.5	ポトフ	若鶏もも 皮な ベーコン じゃが芋 マッシュルーム コンソメ	10 5 30 5 0.2	煮物	干しずいき さやえんどう 濃口醤油 上白糖 削り節	2.5 1.5 1.25 0.25 0.25	焼きか ぼちゃ	西洋かぼちゃ 白こしょう プロセステーズ パセリ(粉)	40 0.01 5 0.1	酢の物	かぶ 皮剥	30	果物	りんご	30





## 献立表(週間)

## 幼児後期(飯)

	4月8日(日)			4月9日(月)			4月10日(火)			4月11日(水)			4月12日(木)			4月13日(金)			4月14日(土)			
朝	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	
	豆腐の	木綿豆腐	50	野菜炒	鶏卵	50	五目煮	さつま揚げ	10	鮭甘塩	秋鮭塩焼き(骨	20	きんぴ	じゃが芋	20	野菜ソ	キャベツ	30	野菜卵	鶏卵	30	
	野菜あ	玉葱	15	り卵	かつおだし	5		大根 皮剥	25	焼き	しそ	1	ら風	人参 皮剥	5	テー	玉葱	10	炒め	ほうれん草(葉	20	
	んかけ	人参 皮剥	2.5		キャベツ	20		人参 皮剥	5					ごま油	0.5		人参 皮剥	5		玉葱	30	
		減塩しょうゆ(	2.5		グリーンアスパ	10		乾椎茸	0.25	人参と	小松菜 ゆで	20		上白糖	0.5		菜種油	0.5		菜種油	1	
		合成清酒	0.5		人参 皮剥	10		さやいんげん(	5	小松菜	もやし ゆで	5		濃口醤油	1.25		食塩	0.25		食塩	0.25	
		みりん風調味料	0.5		食塩	0.5		濃口醤油	2.5	のナム	人参 皮剥(ゆ	7.5		いりごま	0.5		白こしょう	0.01		白こしょう	0.01	
		上白糖	0.5					上白糖	0.5	ル	ごま	0.5										
		片栗粉	0.5	チンゲ	チンゲンサイ(	20		煮干しだし	10		濃口醤油	1.25	卵焼き	鶏卵	50	鶏肉照	若鶏もも 皮な	20	五目ひ	ひじき	2	
		小葱	1	菜の	玉葱	10					穀物酢	1.25		食塩	0.2	焼き	濃口醤油	2.5	じき	人参 皮剥	5	
		きゅう	きゅうり	30	炒め煮	赤ピーマン	5	塩たら	たらこ	10		上白糖	1		上白糖	0.1		上白糖	1.5		凍り豆腐	0.5
	りの梅	梅干し(調味漬	2		菜種油	0.5	こ	しそ	1		ごま油	0.25		菜種油	1		ブロッコリー	15		菜種油	1	
	肉和え	みりん風調味料	0.5		減塩しょうゆ(	2.5				ソテー	キャベツ(葉先	30		パセリ	1		ふりか	F e+Z nふり	3		濃口醤油	2.5
		上白糖	0.2		上白糖	0.5	白菜の	白菜	30		ピーマン	5	ふりか				け	F e+Z nふり	3		上白糖	0.5
		たいみ	たいみそ	5	ふりか	F e+Z nふり	3	お浸し	かつお節	0.25	菜種油	0.5	け								煮干しだし	5
	そ				みそ汁	みそ汁	木綿豆腐	15		木綿豆腐	15	白こしょう	0.01	みそ汁	キャベツ(葉先	30	みそ汁	小松菜	10	佃煮	減塩あまのり佃	8
	みそ汁	さやえんどう	5		ほうれん草	10		カットわかめ	0.25	みそ汁	貝割大根・芽	2.5		棒麩	1		もやし	10	みそ汁	キャベツ	15	
		ぶなしめじ	10		カットわかめ	0.25		小葱	1		いわのり	1		淡色辛みそ	5		淡色辛みそ	5	みそ汁	ぶなしめじ	5	
		淡色辛みそ	5		淡色辛みそ	5		淡色辛みそ	5		煮干しだし	75		煮干しだし	75		煮干しだし	75		葱	2.5	
		煮干しだし	75		煮干しだし	75		煮干しだし	75		煮干しだし	75	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180		淡色辛みそ	5	
		牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180										煮干しだし	75	
	ジョア	ジョア・ストロ	125							ジョア	ジョア・プレー	125								牛乳	牛乳	180
昼	うどん	うどん ゆで	150	米飯	精白米	60	ホット	ドッグパン40g	40	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	
		かつおだし	75				ドック	フランクフルト	16.3													
		昆布だし	75	煮魚	まごがれい・40	40		ケチャップ	5	チキン	鶏ひき肉	60	ハヤシ	豚ももスライス	25	魚の生	さわら・40g(	40	ガタタ	大根 皮剥	15	
		減塩しょうゆ(	7.5		生姜	1		キャベツ	30	ロール	食塩	0.3	ライス	玉葱	50	姜焼き	合成清酒	1.25	ン	人参 皮剥	2.5	
		みりん風調味料	1.25		上白糖	0.5		菜種油	1		白こしょう	0.01		マッシュルーム	10		食塩	0.15		むきエビ	10	
		合成清酒	1.25		減塩しょうゆ(	5		食塩	0.1		鶏卵	5		菜種油	1.5		濃口醤油	2.5		するめいか	10	
		上白糖	0.5		合成清酒	1.25	グラタ	若鶏もも 皮な	15		玉葱	20		ハヤシルウ	9		合成清酒	2.5		ベビーホタテ	10	
	天ぷら	尾付きえび	20		里芋	10	ン	尾なしえび	20		人参 皮剥	10		ウスターソース	2.5		生姜	1.5		あさり	10	
		さつま芋	10		小松菜	10		玉葱	15		パン粉(乾燥)	3		ケチャップ	2.5		サニーレタス	1.5		木綿豆腐	50	
		玉葱	15	けんち	木綿豆腐	25		無塩バター	3		菜種油	1		ケチャップ	5		レモン	5		チンゲンサイ	10	
		人参 皮剥	5	ん煮	大根 皮剥	15		薄力粉 1等	5		ピーマン	10		ピーマン	10	炒煮	小松菜	30		葱	1	
		薄力粉 1等	7.5		人参 皮剥	5		牛乳 1000ml	40		赤ピーマン	10	トマト	トマト	30		菜種油	0.5		菜種油	1	
		鶏卵	2.5		上白糖	0.5		コンソメ	0.25		黄ピーマン	10	とブロ	ブロッコリー	20		濃口醤油	1.25		中華味	0.5	
		菜種油	7.5		みりん風調味料	0.75		食塩	0.15		食塩	0.2	ッコリ	マヨネーズ	5		上白糖	0.25		減塩しょうゆ(	1.25	
		減塩正油パック	5		減塩しょうゆ(	2.5		白こしょう	0.01		白こしょう	0.01	一のサ							かき油	1.25	
					煮干しだし	7.5		パン粉(乾燥)	1.5		菜種油	1	ラダ							冷奴	合成清酒	1.25
	肉じゃ	じゃが芋	20		煮干しだし	7.5		パルメザンチー	0.1	サラダ	レタス	5	春雨炒	緑豆春雨	4		木綿豆腐	50		みりん風調味料	1.25	
	が	若鶏むね皮なし	10	酢の物	かぶ 皮剥	20					きゅうり	20	め	木綿豆腐	15		かつお節	0.5		片栗粉	1	
		玉葱	10		きゅうり	5	トマト	トマト	40		鶏卵	25		にら	5		小葱	1		炒め物	キャベツ	15
		調合油	0.5		人参 皮剥	3		鶏卵	25		食塩	0.3		はつかだいこん	2.5		減塩正油パック	5		キャベツ	15	
		減塩しょうゆ(	2.5		穀物酢	2.5		食塩	0.3		マヨネーズパッ	10		ごま油	0.5	果物	バナナ	50		玉葱	10	
		上白糖	0.5		上白糖	1.5								中華味	0.15					人参 皮剥	5	



## 幼児後期（飯）

## 献立表（週間）

		4月8日（日）		4月9日（月）		4月10日（火）		4月11日（水）		4月12日（木）		4月13日（金）		4月14日（土）		
夕					貝割大根・芽 2.5 コンソメ 0.5 食塩 0.25 白こしょう 0.01			汁	ぶなしめじ 5 切りみつば 1 淡口醤油 2.5 食塩 0.1 昆布だし 37.5 かつおだし 37.5						淡色辛みそ 5 煮干しだし 75	
15	おやつ	ココアムース 40	ヨーグルト	低脂肪ヨーグル 100	ジュース	野菜と果物（デ） 100	ゼリー	ももゼリー 40	おやつ	オレンジゼリー 50	デザート	フルーツ杏仁 50	デザート	ももゼリー 40		
栄養価	エネルギー	1268 kcal	1301 kcal	1300 kcal	1331 kcal	1286 kcal	1283 kcal	1269 kcal	エネルギー	1268 kcal	1301 kcal	1300 kcal	1331 kcal	1286 kcal	1283 kcal	1269 kcal
	蛋白質	49.7 g	49.7 g	47.2 g	53.0 g	46.4 g	48.6 g	49.2 g	蛋白質	49.7 g	49.7 g	47.2 g	53.0 g	46.4 g	48.6 g	49.2 g
	脂質	30.7 g	30.0 g	35.2 g	30.0 g	29.4 g	30.5 g	29.7 g	脂質	30.7 g	30.0 g	35.2 g	30.0 g	29.4 g	30.5 g	29.7 g
	炭水化	189.3 g	200.3 g	195.3 g	206.8 g	202.8 g	196.3 g	炭水化	189.3 g	200.3 g	195.3 g	206.8 g	202.8 g	196.3 g	195.9 g	
	塩分	5.3 g	5.4 g	5.3 g	4.9 g	5.2 g	5.1 g	塩分	5.3 g	5.4 g	5.3 g	4.9 g	5.2 g	5.1 g	5.2 g	

## 幼児後期 (飯)

## 献立表(週間)

	4月15日(日)			4月16日(月)			4月17日(火)			4月18日(水)			4月19日(木)			4月20日(金)			4月21日(土)						
朝	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60	米飯	精白米	60				
	豆腐そぼろかけ	木綿豆腐 鶏ひき肉 濃口醤油 上白糖 合成清酒 さやいんげん(	75 10 2.5 1 0.5 5	焼き生揚げ	生揚げ 白こしょう 菜種油 ブロッコリー 減塩正油パック	35 0.01 0.5 15 5	温泉卵	温泉卵 温泉卵のたれ	50 4	野菜炒め	キャベツ ピーマン 黄ピーマン 人参 皮剥 ごま油 減塩しょうゆ(	25 5 2.5 2.5 2.5	焼き魚	さけ・40g(骨 食塩 しそ	40 0.2 0.5	野菜と豆腐の煮物	木綿豆腐 ほうれん草 人参 皮剥 玉葱 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料 煮干しだし	50 5 5 20 1.25 0.5 0.5 15	鶏ささみの味噌焼き	ささ身 合成清酒 淡色辛みそ みりん風調味料 濃口醤油 ブロッコリー マヨネーズ	40 0.5 1 0.5 0.25 20 10				
	炒煮	もやし さつま揚げ ピーマン 菜種油 減塩しょうゆ(	35 5 2.5 0.5 1.25	ほうれん草の炒煮	ほうれん草 人参 皮剥 焼き竹輪 菜種油 濃口醤油 上白糖	25 5 5 0.5 1.25 0.5	濃口醤油	1.25	上白糖	0.5	煮干しだし	30	おから炒り煮	おから(新製法) ひじき 乾椎茸 人参 皮剥 葱 調合油 濃口醤油 上白糖 みりん風調味料	10 0.1 0.15 2.5 2.5 1 1.5 0.5 0.5	みそ汁	白菜 ぶなしめじ 淡色辛みそ 煮干しだし	15 5 5 75	みそ汁	白菜 いりごま 濃口醤油 上白糖	25 0.5 1.25 0.25	大豆の五目煮	だいず水煮缶詰 人参 皮剥 れんこん ゆで 板こんにゃく 真昆布 濃口醤油 上白糖 片栗粉	5 5 10 5 0.5 1.25 0.5 0.5	
	白菜のお浸し	白菜 減塩しょうゆ(	30 1.25	みそ汁	白菜 棒麩 淡色辛みそ 煮干しだし	15 1 5 75	みそ汁	もやし 小葱 淡色辛みそ 煮干しだし	15 1 5 75	みそ汁	大根 葉 大根 皮剥 淡色辛みそ 煮干しだし	10 10 5 75	みそ汁	大根 葉 大根 皮剥 淡色辛みそ 煮干しだし	10 10 5 75	みそ汁	白菜 ぶなしめじ 淡色辛みそ 煮干しだし	15 5 5 75	みそ汁	白菜 いりごま 濃口醤油 上白糖	25 0.5 1.25 0.25	味付けのり	味付けのり みそ汁 キャベツ 人参 皮剥 淡色辛みそ 煮干しだし	1 75 10 5 5 75	
	みそ汁	チンゲンサイ 大根 皮剥 淡色辛みそ 煮干しだし	10 10 5 75	漬物	なす しば漬	5	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	
	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	牛乳	牛乳	180	
							一夜漬	なす	15	一夜漬	なす	15	一夜漬	なす	15	一夜漬	なす	15	一夜漬	なす	15	一夜漬	なす	15	
							け	刻み昆布	0.1	け	刻み昆布	0.1	け	刻み昆布	0.1	け	刻み昆布	0.1	け	刻み昆布	0.1	け	刻み昆布	0.1	
							食塩	食塩	0.1	食塩	食塩	0.1	食塩	食塩	0.1	食塩	食塩	0.1	食塩	食塩	0.1	食塩	食塩	0.1	
							ジョア	ジョア・ストロ	125	ジョア	ジョア・ストロ	125	ジョア	ジョア・ストロ	125	ジョア	ジョア・ストロ	125	ジョア	ジョア・ストロ	125	ジョア	ジョア・ストロ	125	
昼	ソース焼きそば	蒸し中華めん 豚ももスライス キャベツ 人参 皮剥 玉葱 ピーマン 菜種油 食塩 白こしょう かき油 中濃ソース	110 30 30 7.5 10 5 2.5 0.15 0.01 1.5 5	米飯	精白米	60	パン	南瓜パン60g	60	米飯	精白米	60	肉鍋	豚ももスライス 玉葱 たけのこ 水煮 人参 皮剥 しらたき 葱 減塩しょうゆ(	60 20 20 10 15 7.5 5	チキンカレー	若鶏もも 皮な 玉葱 人参 皮剥 有塩バター 薄力粉 1等 牛乳 キッズカレー(	30 20 8 1.5 1.5 5 7.5	魚塩麩焼き	あかうお・40g 塩こうじ 合成清酒 赤ピーマン(ゆ しそ	40 2 2 15 0.5				
	南瓜サラダ	かぼちゃ(ゆで きゅうり マヨネーズ 白こしょう サニーレタス	35 5 8 0.01 4	炊合せ	大根 皮剥 鶏卵 人参 皮剥 濃口醤油 上白糖 煮干しだし	20 25 7.5 2.5 0.5 7.5	大根 皮剥	20	鶏卵	25	人参 皮剥	7.5	濃口醤油	2.5	上白糖	0.5	千切り	大根 皮剥 きゅうり	15 10	イカの	するめいか	15	イカの	するめいか	15
							コンソメ	コンソメ	0.25	コンソメ	コンソメ	0.25	コンソメ	コンソメ	0.25	コンソメ	コンソメ	0.25	コンソメ	コンソメ	0.25	コンソメ	コンソメ	0.25	
							パン粉(乾燥)	パン粉(乾燥)	0.25	パン粉(乾燥)	パン粉(乾燥)	0.25	パン粉(乾燥)	パン粉(乾燥)	0.25	パン粉(乾燥)	パン粉(乾燥)	0.25	パン粉(乾燥)	パン粉(乾燥)	0.25	パン粉(乾燥)	パン粉(乾燥)	0.25	
							パセリ(粉)	パセリ(粉)	0.1	パセリ(粉)	パセリ(粉)	0.1	パセリ(粉)	パセリ(粉)	0.1	パセリ(粉)	パセリ(粉)	0.1	パセリ(粉)	パセリ(粉)	0.1	パセリ(粉)	パセリ(粉)	0.1	
							野菜サ	野菜サ	10	野菜サ	野菜サ	10	野菜サ	野菜サ	10	野菜サ	野菜サ	10	野菜サ	野菜サ	10	野菜サ	野菜サ	10	
							イカの	イカの	15	イカの	イカの	15	イカの	イカの	15	イカの	イカの	15	イカの	イカの	15	イカの	イカの	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15	
							サラダ	サラダ	15	サラダ	サラダ	15													





## 献立表(週間)

幼児後期(飯)

		4月15日(日)		4月16日(月)		4月17日(火)		4月18日(水)		4月19日(木)		4月20日(金)		4月21日(土)							
夕									煮干しだし 75												
15	おやつ ・スイ ートポ テト	さつま芋 40 上白糖 5 牛乳 10 卵黄 1.5 有塩バター 4 卵黄 1	おやつ ミニたい焼き 40 麦茶 150	おやつ ももゼリー 40	おやつ パンケーキ 28 麦茶 100	おやつ ゼリー	青りんごゼリー 60	乳酸菌 飲料 65	乳酸菌飲料 65	おやつ ・ゼリー	野菜と果物のゼ 50 さくらんぼ缶詰 10										
	麦茶	麦茶 100																			
栄養 価	エネルギー	1301 kcal	蛋白質 48.9 g	エネルギー	1299 kcal	蛋白質 49.2 g	エネルギー	1258 kcal	蛋白質 47.4 g	エネルギー	1312 kcal	蛋白質 52.2 g	エネルギー	1309 kcal	蛋白質 53.2 g	エネルギー	1340 kcal	蛋白質 50.1 g	エネルギー	1329 kcal	蛋白質 50.5 g
	脂質	31.4 g	炭水化 198.0 g	脂質	28.6 g	炭水化 203.8 g	脂質	34.0 g	炭水化 187.3 g	脂質	28.1 g	炭水化 206.6 g	脂質	28.8 g	炭水化 202.5 g	脂質	31.2 g	炭水化 207.2 g	脂質	35.0 g	炭水化 196.7 g
	塩分	5.1 g		塩分	5.2 g		塩分	5.5 g		塩分	4.6 g		塩分	5.4 g		塩分	5.1 g		塩分	4.8 g	



## 幼児後期 (飯)

## 献立表(週間)

	4月22日(日)		4月23日(月)		4月24日(火)		4月25日(水)		4月26日(木)		4月27日(金)		4月28日(土)			
昼	果物	パイナップル 40 クリーム(乳・ 上白糖 3	みそ汁	マヨネーズ 5 じゃが芋 20 貝割大根・芽 2.5 淡色辛みそ 5 煮干しだし 75	鶏卵 25 穀物酢 2.5 調合油 1.5 食塩 0.1 白こしょう 0.01	野菜ジ ユース	きになる野菜( 125	果物	ぶどう 30	チンゲ ン菜の 減塩しょうゆ( 1.25 煮干しだし 1.25	チンゲンサイ 20	みそ汁	キャベツ 20 きゅうり 2.5 人参 皮剥 1.5 マヨネーズ 4 ケチャップ 1 スイートコーン 2.5	清汁	あさり 9 小葱 1.5 淡口醤油 2.5 食塩 0.1 かつお・昆布だ 75	
			果物	バナナ 50	果物	キウイフルーツ 50				清汁	たけのこ 水煮 10 さやえんどう 5 淡口醤油 2.5 食塩 0.1 かつお・昆布だ 75	果物	りんご 30	果物	西洋なし(缶詰) 40	
夕	米飯	精白米 60	米飯	精白米 60	米飯	精白米 60	米飯	精白米 60	米飯	精白米 60	米飯	精白米 60	米飯	精白米 60	米飯	精白米 60
	すき焼 き	豚ももスライス 50 焼き豆腐 30 白菜 20 葱 7.5 しらたき 15 人参 皮剥 4 生椎茸 5 菜種油 1.5 濃口醤油 5 上白糖 1 みりん風調味料 1.25 合成清酒 1.25	魚西京 焼	そい 40g(骨) 40 淡色辛みそ 3.3 上白糖 0.3 みりん風調味料 1.7 大根 皮剥 20 しそ 0.5 醤油パック 5	照焼魚	まだら・60g( 60 濃口醤油 2.5 上白糖 0.5 みりん風調味料 1.3 合成清酒 0.5 大根 皮剥 40 しそ 1 醤油パック 5	さつま 芋の甘 煮	さつま芋 20 上白糖 2.5 食塩 0.05	ミート ローフ	豚ひき肉 20 パン粉(乾燥) 1 牛乳 2.5 食塩 0.2 白こしょう 0.01 玉葱 30 人参 皮剥 2.5 グリーンピース 1.5 ケチャップ 5 人参 皮剥 30 有塩バター 1 上白糖 0.25 ブロッコリー 30 マヨネーズ 10	焼魚	さけ・60g(骨) 60 食塩 0.3 大根 皮剥 20 しそ 0.5 減塩正油パック 5	豚生姜 焼き	豚かたロース 40 濃口醤油 2.5 上白糖 0.5 合成清酒 1.25 生姜 1.5 菜種油 0.5 ブロッコリー 20 鶏卵 25 マヨネーズ 3	肉団子 の甘酢 あんか け	鶏ひき肉 30 玉葱 30 鶏卵 3 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄力粉 1等 3 調合油 4 玉葱 25 人参 皮剥 10 乾椎茸 1 減塩しょうゆ( 1.25 上白糖 0.25 片栗粉 1 穀物酢 2.5 小葱 2.5
	里芋田 楽	里芋 40 さやえんどう 2 減塩みそ 3 上白糖 0.5 みりん風調味料 1.25	長芋の 酢の物	なが芋 20 きゅうり 5 上白糖 1.5 穀物酢 2.5 淡口醤油 1.25	もやし のナム ル	もやし 30 きゅうり 2.5 人参 皮剥 2.5 ごま油 0.5 食塩 0.1 いりごま 0.15	コンソ メ煮	かぶ 皮剥 30 人参 皮剥 2.5 コンソメ 0.15 食塩 0.1	あちゃ ら漬け	かぶ 皮剥 25 食塩 0.1 穀物酢 2.5 上白糖 1.5	おろし 和え	大根 皮剥 20 なめこ 10 きゅうり 5 穀物酢 2.5 淡口醤油 1.25	磯辺和 え	白菜 30 濃口醤油 1.25 焼きのり 0.1		
	胡瓜の 和え物	きゅうり 20 濃口醤油 1.25	茶碗蒸 し	くり 甘露煮 3 なると 5 乾椎茸 0.15 食塩 0.1 かつお・昆布だ 50 鶏卵 25 合成清酒 0.5 みりん風調味料 0.5 淡口醤油 1.25	八杯汁	木綿豆腐 15 乾椎茸 0.5 生姜 5 かつお・昆布だ 75 濃口醤油 2.5 食塩 0.1 片栗粉 0.5	蒸し鶏 のサラ ダ	ささ身 10 レタス 20 トマト 10 海藻サラダ 1 ごま油 1 濃口醤油 1 穀物酢 2.5 上白糖 0.25 白こしょう 0.01	ソテー	玉葱 15	ソテー	キャベツ 15 葱 5 食塩 0.1 調合油 1	みそ汁	さやいんげん( 10 なす 20 淡色辛みそ 5 煮干しだし 75		

## 幼児後期（飯）

## 献立表（週間）

		4月22日(日)		4月23日(月)		4月24日(火)		4月25日(水)		4月26日(木)		4月27日(金)		4月28日(土)	
夕									ほうれん草 10 菜種油 0.5 食塩 0.1 白こしょう 0.01						
15	おやつ	野菜と果物のゼ 50	おやつ ・ゼリ ー	ももゼリー 40	ジュ ース	野菜と果物(ピ 100	プリン	カスタードプリ 60	ゼリー	青りんごゼリー 60	おやつ	オレンジゼリー 50	ジュ ース	野菜と果物(デ 100	
			麦茶								麦茶	麦茶 80			
栄 養 価	エネルギー 1344 kcal	蛋白質 49.9 g	エネルギー 1283 kcal	蛋白質 49.5 g	エネルギー 1318 kcal	蛋白質 49.7 g	エネルギー 1313 kcal	蛋白質 49.1 g	エネルギー 1292 kcal	蛋白質 54.4 g	エネルギー 1295 kcal	蛋白質 47.7 g	エネルギー 1257 kcal	蛋白質 47.8 g	
	脂質 30.3 g	炭水化 212.8 g	脂質 28.6 g	炭水化 202.0 g	脂質 33.5 g	炭水化 197.0 g	脂質 29.9 g	炭水化 206.0 g	脂質 28.8 g	炭水化 195.6 g	脂質 32.6 g	炭水化 193.5 g	脂質 28.7 g	炭水化 194.0 g	
	塩分 4.9 g		塩分 5.5 g		塩分 5.1 g		塩分 5.0 g		塩分 4.9 g		塩分 5.4 g		塩分 5.2 g		





## 献立表(週間)

幼児後期(飯)

		4月29日(日)		4月30日(月)		5月1日(火)		5月2日(水)		5月3日(木)		5月4日(金)		5月5日(土)				
夕					食塩 0.25 白こしょう 0.01													
15	ゼリー	オレンジゼリー	50	ジュース	野菜と果物(グ)	100												
栄養価	エネルギー	1253 kcal	蛋白質 46.1 g	エネルギー	1348 kcal	蛋白質 51.4 g	エネルギー	kcal	蛋白質	g	エネルギー	kcal	蛋白質	g	エネルギー	kcal	蛋白質	g
	脂質	28.6 g	炭水化 197.5 g	脂質	28.2 g	炭水化 220.2 g	脂質	g	炭水化	g	脂質	g	炭水化	g	脂質	g	炭水化	g
	塩分	5.0 g		塩分	5.4 g		塩分	g			塩分	g			塩分	g		