


令和6年

給食予定表

今月の給食とおやつ平均栄養価

3歳以上児 572kcal タンパク質 23.3g 脂質 18.2g 塩分 1.9g
 3歳未満児 496kcal タンパク質 19.6g 脂質 15.8g 塩分 1.7g

日曜日	献立名	食材料名	特別食 (3歳未満)	3時のおやつ	日曜日	献立名	食材料名	特別食 (3歳未満児)	3時のおやつ
1月	麦茶 すき焼き丼 キャベツとツナの甘酢和え 味噌汁	麦茶 ご飯 豚肉 豆腐 糸こんにゃく 白菜 深葱 ツナ キャベツ 人参 かぼちゃ 玉葱 わかめ 小松菜	せんべい	ココアミルク メロンパン	16火	麦茶 ご飯 支那天 ひじきと野菜のサラダ むらくも汁	麦茶 米 鶏肉 ツナ ひじき トマト 水菜 パプリカ コーン 卵 人参 玉葱 チンゲン菜	ウエハース	ココアミルク バームクーヘン
2火	牛乳 ご飯 豆腐ステーキ フロッコリーのマヨネーズ和え ジュリアンスープ	牛乳 米 豆腐 鶏挽き肉 玉葱 人参 グリーンピース フロッコリー コーン ベーコン 玉葱 人参 えのき 小松菜	ビスケット	スキムミルク きょうかん さつま芋	17水	麦茶 ご飯 魚のタルタル焼き 花野菜サラダ 春野菜の豚汁	麦茶 米 鱈切り身 卵 玉葱 パセリ カリフラワー フロッコリー きゅうり 人参 コーン 豚肉 キャベツ じゃが芋 アスパラ 玉葱 ごぼう	せんべい	スキムミルク レーズンスコーン レーズン 豆乳 コーンフレーク
3水	牛乳 ご飯 魚のコーンクリーム焼き 温野菜サラダ かき卵汁	牛乳 白切り身魚 コーン パセリ ハム かぼちゃ キャベツ フロッコリー 人参 卵 しめじ 干し椎茸 わかめ	ビスコ	スキムミルク ウィンナーパン ウィンナー 牛乳	18木	牛乳 麻婆豆腐丼 中華風サラダ 中華風スープ	牛乳 豆腐 合い挽き肉 玉葱 干し椎茸 なら 焼き豚 卵 ほうれん草 もやし 人参 春雨 カニカマ 人参 チンゲン菜 ごま	バナナ	スキムミルク ツナサンド 食パン ツナ きゅうり
4木	麦茶 わかめご飯 肉じゃが 山吹和え 食べるいりこ	麦茶 米 押し麦 わかめ 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく グリーンピース ハム 卵 春雨 きゅうり 人参 わかめ いりこ	クッキー	スキムミルク サーターアタギー 卵	19金	牛乳 和風スバゲティ チキンサラダ おさつステック	牛乳 スバゲティ ベーコン えび 玉葱 人参 しめじ えのき チンゲン菜 ささみ 人参 ほうれん草 キャベツ さつま芋	ビスケット	スキムミルク 焼りんごのせりんごゼリー りんご
6土	麦茶 ご飯 豆の天ぷら なます 味噌汁	麦茶 米 ウィンナー そら豆 グリーンピース 人参 ひじき しらす 薄揚げ 大根 人参 きゅうり 豆腐 もやし わかめ 葱	ビスケット	スキムミルク 果物 お菓子	20土	麦茶 ご飯 鮭のポテサラ焼き ごま和え あおさ海苔のスープ	麦茶 米 鱈切り身 じゃが芋 人参 グリーンピース ほうれん草 しめじ 人参 ごま あおさ海苔 鶏挽き肉 豆腐 卵 人参 筍 水菜	クッキー	スキムミルク 果物 お菓子
8月	麦茶 ご飯 しらすふりかけ 肉団子スープ 豆乳ドレッシングサラダ	麦茶 米 しらす 葱 合い挽き肉 卵 春雨 玉葱 人参 干し椎茸 しめじ 白菜 チンゲン菜 ハム キャベツ 人参 フロッコリー コーン 豆乳	ビスコ	スキムミルク マカロニあべかわ マカロニ	22月	麦茶 ツナひじきご飯 大根の旨煮 きゅうりの酢の物	麦茶 米 押し麦 ツナ ひじき 筍 いんげん 豚肉 大根 人参 深葱 糸こんにゃく カニカマ きゅうり もやし わかめ	ビスコ	スキムミルク 味噌ラスク 食パン
9火	牛乳 チキンカレー マカロニサラダ コンソメスープ 果物ゼリー	牛乳 米 鶏肉 玉葱 じゃが芋 さつま芋 ピーマン コーン マカロニ 卵 ハム キャベツ きゅうり 人参 玉葱 人参 しめじ パセリ 	クッキー	ミロミルク 牛乳パン	23火	麦茶 ご飯 魚の南蛮漬け 春野菜の和え物 味噌汁	麦茶 米 鱈切り身 キャベツ 絹さや 人参 エリンギ 豆腐 かぼちゃ えのき 玉葱 葱	ウエハース	スキムミルク マラーカオ 卵 レーズン
10水	麦茶 ご飯 豚肉の生姜焼き 炒り卵のサラダ 味噌汁	麦茶 米 豚肉 卵 キャベツ 人参 きゅうり じゃが芋 薄揚げ 大根 玉葱 小松菜	バナナ	スキムミルク 橋ドーナツ 人参 卵 ごま	24水	牛乳 卵とじうどん 洋風白和え バナナ	牛乳 うどん 卵 人参 玉葱 干し椎茸 葱 豆腐 ハム カリフラワー いんげん ほうれん草 ごま バナナ	せんべい	スキムミルク ポテトスナック
11木	牛乳 野菜ラーメン フライドポテト フルーツヨーグルト	牛乳 中華麺 豚肉 深葱 もやし キャベツ なら 人参 フライドポテト みかん缶 もも缶 バイン缶 りんご缶 レーズン ヨーグルト	せんべい	スキムミルク いなり風おにぎり 米 薄揚げ ごま 食べるいりこ	25木	麦茶 ご飯 豚肉の変わり味噌和え もやしの醤油マヨ和え すまし汁	麦茶 米 豚肉 じゃが芋 人参 パセリ もやし さつま揚げ 大根 人参 えのき 糸こんにゃく 葱	ポーロ	スキムミルク トライフル カステラ 生クリーム 果物缶
12金	麦茶 ご飯 魚の甘だれかけ キャベツのおかか和え のっぺい汁	麦茶 米 白切り身魚 かつお節 キャベツ 人参 きゅうり 鶏肉 ごぼう 大根 里芋 人参 糸こんにゃく 葱	ビスケット	スキムミルク チーズケーキ クリームチーズ 生クリーム 卵 レモン	26金	オレンジジュース ムース ミルクパン 鶏のから揚げ コールスローサラダ コンソメスープ	オレンジジュース いちごムース ミルクパン 鶏肉 キャベツ きゅうり 人参 ほうれん草 バイン缶 コーン 玉葱 パセリ 牛乳 生クリーム	クッキー	スキムミルク 鮭わかめおにぎり 米 鮭フレーク わかめ 食べるいりこ
13土	麦茶 親子丼 つわり野菜炒め 味噌汁 食べるいりこ	麦茶 米 卵 鶏肉 玉葱 人参 葱 厚揚げ つわ じゃが芋 人参 糸こんにゃく 筍 チンゲン菜 かぼちゃ 玉葱 キャベツ わかめ いりこ	ビスコ	スキムミルク 果物 お菓子	27土	牛乳 じゃこ炒飯 白菜のごまマヨネーズ和え チキンスープ	牛乳 米 押し麦 しらす 卵 ハム 玉葱 小松菜 ごま ツナ 白菜 人参 ごま 鶏肉 ベーコン 玉葱 じゃが芋 パセリ	ビスコ	スキムミルク 果物 お菓子
15月	牛乳 胚芽ロールパン クリームシチュー ポイルウィンナー 菜果和え	牛乳 胚芽ロールパン 鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 フロッコリー マッシュルーム コーン ウィンナー キャベツ 人参 きゅうり みかん缶	ポーロ	スキムミルク 高野豆腐のかりんどう 豆乳	30火	麦茶 牛肉とごぼうの混ぜご飯 高野豆腐の洋風卵とじ 切り干し大根の味噌汁	麦茶 米 押し麦 牛肉 ごぼう 人参 高野豆腐 卵 ウィンナー キャベツ 玉葱 人参 切り干し大根 薄揚げ 玉葱 葱	ウエハース	スキムミルク バナナケーキ バナナ 卵 牛乳