

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	2 くだもの	3 ヨーグルト	4 ラスク 麦茶	5 ポーロ 麦茶	6 ビスケット 麦茶	7 クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん 麻婆茄子 春雨サラダ 卵スープ 果物	おにぎり～おにぎりの日 サバと大豆の煮物 ほうれん草の白和え みそ汁 果物	麦ごはん 筑前煮 ひじきサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 酢豚 サラスバサラダ 春雨スープ 果物	麦ごはん カレー風肉じゃが 小松菜のしらすサラダ みそ汁 果物	オムライス サラダ スープ 果物
午後	Caせんべい 牛乳	いちごクッキー 牛乳	チーズおにぎり 牛乳	大学芋 牛乳	Feウエハース ヨーグルト	
午前	9 ジャムパン 麦茶	10 ウエハース 麦茶	11 芋もち 麦茶	12 小松菜せん 麦茶	13 お遊戯会	14 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん チキン南蛮 三色ナムル みそ汁 果物	手作りお弁当	麦ごはん トマトのチンジャオロース カラフルサラダ スープ 果物	麦ごはん カレーライス ポテトサラダ スープ 果物	おゆうぎかい	焼きそば サラダ スープ 果物
午後	クッキー 牛乳	ジャムパン 牛乳	しとぎもち 牛乳			
午前	16 わかめせん 麦茶	17 くだもの	18 ツナお焼き 麦茶	19 小魚せん 麦茶	20 蒸しパン 麦茶	21 ポーロ 麦茶
昼食	麦ごはん 大根のうま煮 ブロッコリーの酢味噌和え みそ汁 果物	麦ごはん 鯖のカレー風焼き 小松菜のツナサラダ みそ汁 果物	パン～パンの日～ 厚揚げの中華煮 卵焼き 豆乳汁 果物	おたんじょうかい	麦ごはん ピーマンの肉詰め 南瓜サラダ わかめスープ 果物	五目うどん 和え物 牛乳 果物
午後	せんべい 牛乳	トマトチーズ蒸しパン 牛乳	シュガーラスク 牛乳	ショートケーキ 牛乳	フルーツヨーグルト	
午前	23 ヨーグルト	24 やきいもクッキー 麦茶	25 ふかし芋 麦茶	26 えびせん 麦茶	27 胡麻クッキー 麦茶	28 ウエハース 麦茶
昼食	麦ごはん 鶏肉と大豆の揚げ煮 さつま芋サラダ コーンスープ 果物	麦ごはん 鮭のきのこみそ焼き もやしのナムル みぞれ汁 果物	麦ごはん 肉団子のホクホク煮 納豆和え みそ汁 果物	麦ごはん 松風焼き 小松菜ナムル みそ汁 果物	麦ごはん サバの味噌煮 マカロニサラダ すまし汁 果物	親子丼 和え物 みそ汁 果物
午後	源氏パイ 牛乳	スイートポテト 牛乳	卵サンド 牛乳	しょうゆ団子 牛乳	焼きおにぎり 牛乳	

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。  
※材料の都合により献立の変更がある場合があります。

3日(火) おにぎりの日  
さくらんぼ組は園で用意します。  
10日(火) 手作り弁当  
18日(水) パンの日  
さくらんぼ組は園で用意します。  
19日(木) 誕生会<完全給食>

		未満児	以上児
エネルギー (kcal)	目標量	450	380
	平均	470	388
食塩 (g)	目標量	1.4	1.6
	平均	1.4	1.5

※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。

### 食育目標

決まった時間にしっかり食べる。

0,1,2歳児～お腹の空くリズムができ、食事を楽しみに待つ。  
3歳以上児～体を良く動かし空腹を感じ、完食できるようにする。

