



日 曜	乳 児 (1歳児・2歳児クラス)		幼 児 (3・4・5歳児クラス)	
	午 前 食	午 後 食	昼 食	お や つ
1 火	ドライカレー、春雨サラダ ミルファンテ、牛乳	きなこトースト、くだもの コーンのスープ、牛乳	ドライカレー、春雨サラダ、ミルファンテ	きなこクッキー 牛乳
2 水	わかめごはん、肉豆腐、けんちん汁、牛乳	みそ蒸しパン、くだもの ポパイスープ、牛乳	わかめごはん、肉豆腐、けんちん汁	みそ蒸しパン 牛乳
3 木	ごはん、カレイの照り焼き、切干大根の煮物 みそ汁(さつまいも)、牛乳	チーズトースト、くだもの ブロッコリースープ、牛乳	ごはん、カレイの照り焼き、切干大根の煮物 みそ汁(さつまいも)	チーズトースト 牛乳
4 金	味噌煮込みうどん、じゃが芋きんぴら、牛乳	鮭とわかめおにぎり、牛乳 みそ汁(かぼちゃ)、くだもの	味噌煮込みうどん、じゃが芋きんぴら、くだもの	鮭とわかめおにぎり 牛乳
5 土	炊き込みごはん(ツナ)、肉じゃが すまし汁(大根)、牛乳	きなこトースト、牛乳 豆乳スープ、くだもの	炊き込みごはん(ツナ)、肉じゃが、すまし汁(大根)	きなこトースト 牛乳
6 日				
7 月	焼豚とコーンのチャーハン、もやしサラダ 中華風スープ、牛乳	みそポテト、牛乳 そうめん汁、くだもの	焼豚とコーンのチャーハン、もやしサラダ 中華風スープ	みそポテト 牛乳
8 火	豆乳パン、鶏肉のマーメレード焼き、牛乳 コールスローサラダ、野菜スープ(じゃがいも)	そら豆とチーズのおにぎり みそ汁(豆腐)、くだもの、牛乳	豆乳パン、鶏肉のマーメレード焼き コールスローサラダ、野菜スープ(じゃがいも)	そら豆とチーズのおにぎり 牛乳
9 水	ごはん、さわらのコーン焼き、小松菜のおかか和え 豆腐みそ汁、牛乳	シュガートースト しめじのスープ、ヨーグルト	ごはん、さわらのコーン焼き、小松菜のおかか和え 豆腐みそ汁	野菜クラッカー ヨーグルト
10 木	ごはん、生揚げのみそ炒め、かぼちゃのオレンジ煮 かき玉汁(にら)、牛乳	焼きうどん、牛乳 みそ汁(もやし)、くだもの	雑穀ごはん、生揚げのみそ炒め かぼちゃのオレンジ煮、かき玉汁(にら)	焼きうどん 牛乳
11 金	赤飯、チキンバーベキュー ブロッコリーと卵のサラダ、すまし汁(麩)、牛乳	いちごのマフィン、くだもの ミルクスープ	赤飯、チキンバーベキュー ブロッコリーと卵のサラダ、すまし汁(花麩)	いちごのマフィン 牛乳
12 土	春スパゲティー、豆乳スープ、牛乳	ツナおにぎり、牛乳 みそ汁(さつまいも)、くだもの	春スパゲティー、豆乳スープ	ツナおにぎり 牛乳
13 日				
14 月	ひじきごはん、さつまいの白和え、豚汁、牛乳	豚ちぢみ、牛乳 すまし汁(麩)、くだもの	ひじきおこわ、さつまいの白和え、豚汁	豚ちぢみ 牛乳
15 火	五目うどん、じゃが芋の甘辛煮、牛乳	おかかおにぎり、牛乳 わかめスープ、くだもの	五目うどん、じゃが芋の甘辛煮、くだもの	みそやきおにぎり 牛乳
16 水	ごはん、鶏肉と野菜の炒め物、牛乳 きゅうりとわかめの酢の物、豆乳みそ汁(白菜)	きなこドーナツ、牛乳 大根スープ、くだもの	雑穀ごはん、豚肉のしょうが焼き きゅうりとわかめの酢の物、豆乳みそ汁(白菜)	きなこドーナツ 牛乳
17 木	かぼちゃパン、スパニッシュオムレツ 春野菜ソテー、かぶのスープ、牛乳	とり雑炊 くだもの、牛乳	かぼちゃパン、スパニッシュオムレツ 春野菜ソテー、かぶのスープ	とり雑炊 牛乳
18 金	* 京都府の郷土汁 若竹汁			
18 金	ごはん、鮭のねぎソース焼き、ひじきの五目煮 若竹汁、牛乳	揚げぎょうざ(じゃが芋) トマトスープ、くだもの、牛乳	雑穀ごはん、鮭のねぎソース焼き ひじきの五目煮、若竹汁	揚げぎょうざ(じゃが芋) 牛乳
19 土	チーズトースト、ソーセージのポトフ、牛乳	ふかし芋、牛乳 すまし汁(麩)、くだもの	チーズトースト、ソーセージのポトフ	ふかし芋 牛乳
20 日				
21 月	ごはん、チンジャオロース、中華風サラダ 豆腐スープ(にら)、牛乳	しらすうどん くだもの、牛乳	ごはん、チンジャオロース、中華風サラダ 豆腐スープ(にら)	杏仁豆腐 クラッカー
22 火	ごはん、鶏肉のしょうゆ焼、野菜甘酢漬け すまし汁(じゃがいも)、牛乳	揚げパン、牛乳 かぶのスープ、くだもの	雑穀ごはん、鶏肉のごまだれ焼、野菜甘酢漬け すまし汁(じゃがいも)	揚げパン 牛乳
23 水	ごはん、カジキケチャップ煮、アスパラのおかか和え 豆腐みそ汁、牛乳	レーズンスコーン、牛乳 野菜スープ、くだもの	ごはん、カジキケチャップ煮、アスパラのおかか和え 豆腐みそ汁	レーズンスコーン 牛乳
24 木	カレーうどん、野菜の炒め煮、牛乳	いなりおにぎり、牛乳 みそ汁(キャベツ)、くだもの	カレーうどん、野菜の炒め煮、くだもの	いなりおにぎり 牛乳
25 金	チキンライス、ポテトサラダ(ハム)、白菜スープ 牛乳	パン蒸しパン、牛乳 オニオンスープ、くだもの	チキンライス、ポテトサラダ(ハム) 白菜スープ	誕生会ケーキ 牛乳
26 土	ジャージャー麺、コーンとわかめのスープ、牛乳	昆布おにぎり、牛乳 みそ汁(豆腐)、くだもの	ジャージャー麺、コーンとわかめのスープ	昆布おにぎり 牛乳
27 日				
28 月	高野豆腐入り豚丼、キャベツ昆布和え みそ汁(もやし)、牛乳	五目にゆうめん くだもの、牛乳	高野豆腐入り豚丼、キャベツ昆布和え みそ汁(もやし)	五目にゆうめん 牛乳
29 火	昭 和 の 日			
30 水	ごはん、マーボー豆腐、もやしのナムル(にら) わかめスープ、牛乳	ボンデケージョ、牛乳 リゾットスープ、くだもの	ごはん、マーボー豆腐、もやしのナムル(にら) わかめスープ	ボンデケージョ 牛乳

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)
3才以上児	584	22.5	17.5	1.8
目標量	574	22.3	17.2	1.8
3才未満児	490	19.6	15.7	1.6
目標量	482	19.3	14.5	1.6

都合により、献立が変更になる場合がございます

～ご入園、ご進級おめでとうございます～

子どもたちの成長を見守りながら、給食室一同  
安全でおいしい給食作りに努めてまいります。  
一年間よろしく願います。

