

11がつのこんだて

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------|--|--|---|--|---|--|
| 未:熱/蛋/脂 | | | 485Kcal/18.8g/15.0g | 294Kcal/12.8g/14.0g | | 487Kcal/15.9g/17.1g |
| 以:熱/蛋/脂 | | | 414Kcal/18.0g/15.8g | 309Kcal/14.3g/14.4g | | 404Kcal/16.3g/18.6g |
| 未満児 午前おやつ 未満児主食 | ~おしらせ~ 先月の献立表に栄養目標量のお知らせをしましたが、訂正し新しい目標量をお知らせいたします。 (エネルギー/たんぱく質/脂質のみ表記) 3歳未満児 エネルギー470Kcal/たんぱく質15.0g~23.0g/脂質10.0g~16.0g 3歳以上児 エネルギー410Kcal/たんぱく質16.0g~27.0g/脂質13.0g~19.0g | | ぎゅうにゅう | ぎゅうにゅう | 文化の日  | ブチスティック |
| 屋 食 | | | むぎごはん さけのみじあげ きりぼしだいこんのごますあえ | おにぎりの日 お箸とおしぼりを持ってきてください いものこじる みかん | | むぎごはん なまあげのコーンやき すきこんぶのもの |
| 午後 おやつ | | | なすじる りんご | むぎちや ごますと ぎゅうにゅう | | さつまじる バナナ |
| 未:熱/蛋/脂 | 465Kcal/16.7g/16.2g | 479Kcal/21.0g/15.9g | 488Kcal/16.3g/6.6g | 457Kcal/19.2g/12.6g | 479Kcal/22.2g/14.7g | 254Kcal/9.6g/8.7g |
| 以:熱/蛋/脂 | 392Kcal/18.4g/19.1g | 401Kcal/20.8g/17.2g | 416Kcal/20.6g/8.0g | 379Kcal/20.6g/13.7g | 404Kcal/21.5g/16.2g | 242Kcal/9.5g/8.7g |
| 未満児 午前おやつ 未満児主食 | おこさませんべい | むぎごはん | たべるごさかな | むぎごはん | むぎごはん | おこさませんべい |
| 屋 食 | とりにくのかレーふうみあげ ブロックのグラタン トマト ながねぎとあぶらあげのみそじる りんご | きびごはん たらのあますあんかけ きんときまめのあまに トマト こおりどうふのみそじる かき | むぎごはん ぎゅうどんのうわもり ヤーコンのきんびら ミニトマト だんごじる まるやかヨーグルト | クッキング(たんぽぽ) クッキング(さくら) | むぎごはん パンパンジー こまつなのおひたし とんじる みかん | 手作り弁当日 おかず入りのお弁当と 水筒を持ってきてください みかん |
| 午後 おやつ | ポパイクッキー ぎゅうにゅう | しおせんべい ぎゅうにゅう | おいもごはんおにぎり むぎちや | スイーツポテト ぎゅうにゅう | ココアむしパン ぎゅうにゅう | レーズンパン ぎゅうにゅう |
| 未:熱/蛋/脂 | 483Kcal/13.0g/13.9g | 429Kcal/20.5g/15.7g | 487Kcal/20.8g/17.4g | 447Kcal/13.6g/12.5g | 456Kcal/17.9g/17.1g | 491Kcal/17.5g/12.8g |
| 以:熱/蛋/脂 | 378Kcal/11.4g/15.4g | 375Kcal/22.4g/20.2g | 427Kcal/20.7g/18.1g | 518Kcal/16.8g/13.8g | 374Kcal/19.0g/18.8g | 417Kcal/18.5g/13.8g |
| 未満児 午前おやつ 未満児主食 | むぎごはん スコッチエッグ チンゲンサイのソテー | むぎごはん さわらのごまやき れんこんサラダ ミニトマト ふりかけ はくさいじる ペビーチーズ | むぎごはん さばのたつたあげ ブロックのうめおかかあえ こんぶなつとう じゃがいものみそじる りんご | みそラーメン ポテトはるまき ちゅうかふうきゅうり うさぎりんご | むぎごはん やさしいオムレツ ささみときゅうりのすみそあえ | むぎごはん ゆでぶたのしょうゆドレッシング さつまいもキントン トマト たまねぎのみそじる みかん |
| 午後 おやつ | むぎちや ドーナツ みかんジュース | むぎちや へむてつりえびせん ぎゅうにゅう | むぎちや かまもち 未:むぎちや 以:ぎゅうにゅう | むぎちや バナナブラウニー ヤクルトエース | むぎちや あおのりラスク ぎゅうにゅう | むぎちや はちみつケーキ ぎゅうにゅう |
| 未:熱/蛋/脂 | 496Kcal/19.1g/16.1g | 486Kcal/19.9g/18.0g | 477Kcal/18.8g/14.9g | | 456Kcal/15.6g/10.7g | 466Kcal/20.6g/12.0g |
| 以:熱/蛋/脂 | 426Kcal/19.3g/18.3g | 398Kcal/20.5g/20.9g | 389Kcal/19.6g/16.3g | | 320Kcal/12.8g/8.7g | 390Kcal/22.2g/14.5g |
| 未満児 午前おやつ 未満児主食 | むぎごはん だいたいのミルクかきあげ かぶのレモンあえ | むぎごはん ぶりだいこん こまつなサラダ ミニトマト きのこじる げんきヨーグルト | むぎごはん エビだんご ひじきいため もやしのみそじる りんご | 勤労感謝の日  | 布団・中スツク持ち帰り | 布団・中スツク・持ち帰り |
| 屋 食 | むぎのスープ りんご | むぎちや おからチップ たべるごさかな ぎゅうにゅう | むぎちや ちぎりパン ぎゅうにゅう | | カレーライス カレー おからとツナのサラダ カリフラワーのスープ なし | むぎごはん まぐろのてりやき かぼちゃのレモンふうみサラダ ミニトマト かぶのみそじる バナナ |
| 午後 おやつ | むぎちや やきうどん ぎゅうにゅう | むぎちや おからチップ たべるごさかな ぎゅうにゅう | むぎちや ちぎりパン ぎゅうにゅう | | むぎちや あずきミルクしたたま | むぎちや むぎウエハース ぎゅうにゅう |
| 未:熱/蛋/脂 | 486Kcal/15.6g/16.1g | 445Kcal/17.8g/15.0g | 487Kcal/20.0g/15.9g | 464Kcal/18.4g/17.1g | | |
| 以:熱/蛋/脂 | 417Kcal/15.7g/18.3g | 375Kcal/20.9g/19.7g | 411Kcal/21.2g/17.8g | 393Kcal/18.9g/19.9g | | |
| 未満児 午前おやつ 未満児主食 | むぎごはん ツナコロッケ れんこんのきんびら トマト こまつなのみそじる りんご | ゆうやげごはん ハムエッグ だいこんサラダ はるさめとにくだんごのスープ バナナ | むぎごはん さけとほうれんそうのグラタン カリフラワーのごまあえ | むぎごはん あんかけハンバーグ ビーンズサラダ | | |
| 屋 食 | むぎちや クラッカーサンド ぎゅうにゅう | むぎちや ホットサンド ぎゅうにゅう | あさりじる みかん | なまあげのみそじる りんご | | |
| 午後 おやつ | | | むぎちや にくまん ぎゅうにゅう | むぎちや フレンチドック ぎゅうにゅう | | |