

日 曜	献立名	おやつ 午後 午前	栄養価	日 曜	献立名	おやつ 午後 午前	栄養価
1 土	ごはん さつまいものみそ汁 炒り豆腐包み焼 野菜のカレーソテー バナナ おかかふりかけ(卵不使用)	牛乳	エネルギー 545 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 16.2 g 食塩相 1.8 g	17 月	ごはん わかめ汁 生揚げの中華風煮 ツナ人参そぼろ バナナ	牛乳	エネルギー 558 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 18.6 g 食塩相 1.8 g
		せんべい	エネルギー 443 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 12.5 g 食塩相 1.7 g			牛乳	エネルギー 494 kcal たんぱく質 22.6 g 脂質 16.0 g 食塩相 1.5 g
3 月	ちらしずし(卵不使用) 焼き麩のすまし汁 鶏肉の梅みそ焼 三色おかか和え ミニももゼリー	牛乳	エネルギー 518 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 14.1 g 食塩相 1.9 g	18 火	ごはん 大根のスープ煮 鮭のみそマヨ焼 ほうれん草とウインナーのソテー でこぼん	牛乳	エネルギー 540 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 18.6 g 食塩相 1.7 g
		ガルピス ひなあられ(卵不使用)	エネルギー 504 kcal たんぱく質 22.7 g 脂質 13.3 g 食塩相 1.0 g			牛乳	エネルギー 498 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 18.6 g 食塩相 1.8 g
4 火	ごはん 大根のみそ汁 マーボー豆腐 ひじきコーン バナナ	牛乳	エネルギー 492 kcal たんぱく質 13.5 g 脂質 13.9 g 食塩相 1.2 g	19 水	わかめごはん わんたんスープ(卵不使用) 星型ハンバーグ(卵不使用) ポテトサラダ お祝い紅白ゼリー(いちご・豆乳)	白ぶどう&ほうれん草ジュース せんべい	エネルギー 453 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 7.8 g 食塩相 1.3 g
		せんべい	エネルギー 504 kcal たんぱく質 22.7 g 脂質 13.9 g 食塩相 1.2 g			牛乳	エネルギー 498 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 18.6 g 食塩相 1.8 g
5 水	ごはん かぼちゃポタージュ 鮭のしょうゆ焼 ごぼうサラダ 清見オレンジ	麦茶	エネルギー 407 kcal たんぱく質 17.5 g 脂質 9.5 g 食塩相 1.8 g	21 金	ごはん 豆腐のすまし汁 フライドチキン(卵不使用) ちくわとひじきのサラダ 清見オレンジ ゆかりふりかけ(卵不使用)	牛乳	エネルギー 498 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 18.6 g 食塩相 1.8 g
		牛乳	エネルギー 492 kcal たんぱく質 13.5 g 脂質 13.9 g 食塩相 1.2 g			牛乳	エネルギー 453 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 7.8 g 食塩相 1.3 g
6 木	わかめごはん ポトフスープ メンチカツ(卵不使用) 中華サラダ バナナ	牛乳	エネルギー 498 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 15.6 g 食塩相 1.9 g	22 土	ごはん もやしのスープ 紅鮭焼 野菜のごま和え ヨーグルト	牛乳	エネルギー 534 kcal たんぱく質 16.6 g 脂質 13.6 g 食塩相 1.8 g
		せんべい	エネルギー 498 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 15.6 g 食塩相 1.9 g			麦茶	エネルギー 449 kcal たんぱく質 12.7 g 脂質 9.5 g 食塩相 1.3 g
7 金	ごはん じゃがいものみそ汁 いわしのみぞれ煮 すきこんぶの炒め煮 清見オレンジ	牛乳	エネルギー 394 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 9.2 g 食塩相 1.3 g	24 月	ごはん ポークカレー 春雨サラダ バナナ 麦茶	牛乳	エネルギー 534 kcal たんぱく質 16.6 g 脂質 13.6 g 食塩相 1.8 g
		せんべい	エネルギー 498 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 15.6 g 食塩相 1.9 g			牛乳	エネルギー 449 kcal たんぱく質 12.7 g 脂質 9.5 g 食塩相 1.3 g
8 土	ごはん ほうれん草のみそ汁 筑前煮 しそ味ひじき ヨーグルト	牛乳	エネルギー 526 kcal たんぱく質 16.4 g 脂質 18.3 g 食塩相 1.8 g	25 火	ごはん・ふりかけ(卵不使用) 白菜のスープ ミートボールスパゲティ (ミートボール:卵不使用) ゆでブロッコリー でこぼん	牛乳	エネルギー 498 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 18.6 g 食塩相 1.8 g
		せんべい	エネルギー 526 kcal たんぱく質 16.4 g 脂質 18.3 g 食塩相 1.8 g			牛乳	エネルギー 507 kcal たんぱく質 20.8 g 脂質 14.3 g 食塩相 1.4 g
10 月	ごはん 小松菜のすまし汁 鮭の西京焼 スパゲティ野菜ソテー ミニりんごゼリー	牛乳	エネルギー 537 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 20.6 g 食塩相 1.9 g	26 水	ごはん 五目スープ さばのみそ煮 ほうれん草とハムののり和え ヨーグルト	牛乳	エネルギー 497 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 14.4 g 食塩相 2.2 g
		せんべい	エネルギー 537 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 20.6 g 食塩相 1.9 g			牛乳	エネルギー 451 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 12.3 g 食塩相 1.9 g
11 火	ごはん ウインナーハヤシチュー 大豆サラダ 清見オレンジ 牛乳	牛乳	エネルギー 492 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 15.1 g 食塩相 1.7 g	27 木	ごはん えのきのみそ汁 マカロニグラタン 肉みそ 清見オレンジ	牛乳	エネルギー 497 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 14.4 g 食塩相 2.2 g
		せんべい	エネルギー 492 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 15.1 g 食塩相 1.7 g			牛乳	エネルギー 451 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 12.3 g 食塩相 1.9 g
12 水	わかめごはん なめこのみそ汁 麩カツ(卵不使用) 大根の梅肉和え ヨーグルト	牛乳	エネルギー 531 kcal たんぱく質 14.8 g 脂質 14.6 g 食塩相 1.3 g	28 金	わかめごはん うどん汁 鶏肉の照り焼 野菜のさっぱり和え ミニオレンジゼリー	牛乳	エネルギー 497 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 14.4 g 食塩相 2.2 g
		せんべい	エネルギー 531 kcal たんぱく質 14.8 g 脂質 14.6 g 食塩相 1.3 g			牛乳	エネルギー 451 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 12.3 g 食塩相 1.9 g
13 木	ごはん ほうれん草のスープ 肉団子和風あん(卵不使用) パインサラダ バナナ	牛乳	エネルギー 492 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 15.1 g 食塩相 1.7 g	29 土	ごはん 小松菜のみそ汁 肉豆腐 鮭そぼろ ヨーグルト	牛乳	エネルギー 491 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 10.9 g 食塩相 1.7 g
		せんべい	エネルギー 492 kcal たんぱく質 19.3 g 脂質 15.1 g 食塩相 1.7 g			牛乳	エネルギー 491 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 10.9 g 食塩相 1.7 g
14 金	ごはん 生揚げのみそ汁 豚肉のマリアソース 小松菜納豆 清見オレンジ	牛乳	エネルギー 438 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 9.0 g 食塩相 1.7 g	31 月	ごはん ほうれん草のみそ汁 肉じゃが 三色納豆 バナナ	牛乳	エネルギー 491 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 10.9 g 食塩相 1.7 g
		せんべい	エネルギー 438 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 9.0 g 食塩相 1.7 g			牛乳	エネルギー 491 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 10.9 g 食塩相 1.7 g
15 土	ごはん 焼き麩のみそ汁 鮭のしょうゆ焼 フレンチサラダ バナナ	牛乳	エネルギー 438 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 9.0 g 食塩相 1.7 g	<今月の特別献立> 3日(月) ひなまつり誕生会 6日(木) 2歳児元気給食【2歳児のみ】 わかめおにぎり、ポトフスープ、中華サラダ メンチカツ、鶏肉の唐揚げ、バナナ、野菜と果物のゼリー 18日(火) 鶴岡のめぐみ 産直から 大根、ほうれん草、ねぎ、つや姫おこし が届きます。 19日(水) 2歳児お別れ会 ★都合により献立が変更になることもあります。			
		せんべい	エネルギー 438 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 9.0 g 食塩相 1.7 g				
【お願い】 保育園では食物アレルギー対応として、家庭で食べたことのない食品は給食で提供しないこととしています。家庭で未経験の食品が給食の献立表にあった場合や、アレルギー等の症状があった場合は、早めに保育園にお知らせください。							