

		20日(月)				21日(火)				22日(水)				23日(木)				24日(金)			
朝	☀					米飯 みそ汁 鶏そぼろ炒め カボチャの煮物 味付けのり 牛乳				米飯 みそ汁 鶏と根菜の甘酢炒め ごぼうサラダ ふりかけ ジョア				パン パンブキンスープ オムレツ&ウインナー マカロニサラダ 牛乳				米飯 みそ汁 さばの塩焼き 温野菜サラダ のり佃煮 ジョア			
		エネルギー				エネルギー				エネルギー				エネルギー							
		タンパク質	脂質			タンパク質	脂質	30.3	19.1	タンパク質	脂質	22.7	22	タンパク質	脂質	29.8	35.8	タンパク質	脂質	31.9	20.8
昼	☀	ハヤシライス コンソメスープ シーザーサラダ ヨーグルト				米飯 中華スープ 回鍋肉 中華和え				パン 中華玉子スープ 焼きそば みかん入り牛乳寒天				米飯 みそ汁 チキンカツ 三色いなり煮				海鮮中華丼 ミニうどん 白菜の浅漬け コーヒーゼリー			
		エネルギー				エネルギー				エネルギー				エネルギー							
		タンパク質	脂質	24	29.4	タンパク質	脂質	22.8	17.3	タンパク質	脂質	29.7	22.3	タンパク質	脂質	46.8	24.6	タンパク質	脂質	30.8	13.3
夕	🌙	米飯 みそ汁 たらのムニエルホワイトソース 茄子とひき肉の塩炒め				米飯 みそ汁 鮭のバター焼き さつまいものカレーソテー				米飯 コンソメスープ ホキのポテトチーズ焼き アサリの和風スパゲティ				米飯 すき焼き風煮 赤魚の香味野菜あんかけ 切干大根と小松菜ソナサラダ							
		エネルギー				エネルギー				エネルギー				エネルギー							
		タンパク質	脂質	32.7	8.7	タンパク質	脂質	32.4	16.5	タンパク質	脂質	33.8	13	タンパク質	脂質	33.8	20.8	タンパク質	脂質		
		27日(月)				28日(火)				29日(水)				30日(木)							
朝	☀					米飯 みそ汁 鶏肉の塩麹焼き ツナじゃが ふりかけ 牛乳															
		エネルギー				エネルギー				エネルギー				エネルギー							
		タンパク質	脂質			タンパク質	脂質	39.7	14.6	タンパク質	脂質			タンパク質	脂質			タンパク質	脂質		
昼	☀	米飯 みそ汁 チーズインハンバーグ 海藻サラダ				米飯 野菜カレーコンソメスープ カレイのカレーから揚げ フレンチサラダ								米飯 みそ汁 サーモンフライ 豚バラ大根							
		エネルギー				エネルギー				エネルギー				エネルギー							
		タンパク質	脂質	32.1	24.9	タンパク質	脂質	39.7	14.6	タンパク質	脂質			タンパク質	脂質	29.3	35.1	タンパク質	脂質		
夕	🌙	米飯 みそ汁 鮭のごま味噌焼き 豚肉ときのこの甘辛炒め												米飯 おでん 白身魚のピカタ レンコンとベーコン器油炒め							
		エネルギー				エネルギー				エネルギー				エネルギー							
		タンパク質	脂質	34.2	20.2	タンパク質	脂質			タンパク質	脂質			タンパク質	脂質	34.7	19.7	タンパク質	脂質		

・献立、食材は仕入れの都合などにより変更させていただく場合があります。
・最新の情報は提供カウンターに掲示している献立表をご確認ください。
・喫食の際は、表示している原材料をご確認のうえ、喫食者及び保護者で
ご判断ください。