## 2025年 11月 の 給 食 予 定 献 立 表 (3才未満児)

すきなたべものを たくさん ふやそうね! さくらんぼ保育園

_	_						
曜日		こんだてめい	赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	白のなかま	エネルギー
		C 70 /C C 80 VI	血や肉になる	力や体温になる	体の調子を整える	調味料・その他	蛋白質脂質塩分
		カレイのにつけ	カレイ	三温糖		しょうゆ	512kcal
	10	ほうれんそうのごまあえ			ほうれん草 もやし 人参	しょうゆ	22.1 g
月	10	とうふとコーンのスープ みかん	絹豆腐		コーン缶 玉葱 えのき茸 みかん	昆布 鰹節 塩 ワカメ	16.1 g
	0.4			±>±> 1	コープ田 玉窓 えのさ耳 みかん	比印 監則 塩・ノハメ	
	24		牛乳	おかし			1.0 g
		午後おやっ ぎゅうにゅう さつまいものてんぷら	牛乳	小麦粉 さつまいも 油		塩	
火		さつまいもときのこのカレー	豚肉	さつまいも じゃがいも	人参 玉葱 しめじ エリンギ	カレールウ	512kcal
	11	かきサラダ りんご	ツナ缶		キャベツ きゅうり 柿 りんご	酢 マヨドレ 塩	20.0 g
	25	午前おやつ ぎゅうにゅう おかし	牛乳.	おかし			16.2 g
		<b>午後おやつ</b> ヨーグルト おかし いりざかな	ヨーグルト 小魚				1.0g
$\vdash$		にこみうどん	豚肉 油揚げ		소 _ #   #   #   #   #   #   #   #   #   #	昆布 鰹節 しょうゆ	
				うどん 三温糖			577kcal
水		はくさいのおかかあえ みかん	かつお節		白菜 小松菜 もやし みかん	しょうゆ	24.3 g
	26	<mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			13.6g
		午後おやつ ぎゅうにゅう おこめぱん	牛乳 絹豆腐 チーズ	上新粉		塩	1.7 g
木		メルルーサのてりやき	メルルーサ	三温糖		しょうゆ	448kcal
	13	きりぼしだいこんのサラダ		三温糖 ごま油	切干大根 人参 小松菜	酢 しょうゆ	20.9 g
		あつあげとはくさいのみそしる	厚揚げ 味噌		白菜しめじ人参	昆布 煮干し	12,6g
	27	<b>午前おやつ</b> ぎゅうにゅう おかし	生乳	おかし			_
	21						1.6g
$\vdash$		午後おやっ ぎゅうにゅう おかし かき	牛乳	おかし	柿		
		とりにくのごまてりやき	鶏肉	三温糖 白いりごま		しょうゆ	513kcal
	14	じゃがいものきんぴら		じゃがいも 三温糖 油	人参	しょうゆ	21.7g
金		だいこんのみそしる みかん	油揚げ 味噌		大根 人参 しめじ 長ねぎ 小松菜 みかん	昆布 煮干し	15.1 g
	28	<del>午前おやつ</del> ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.4 g
		午後おやっ ぎゅうにゅう マカロニきなこ	牛乳 きな粉	マカロニ 三温糖		塩	1.16
<u> </u>						塩	4.4.411
土		バターロールパン ぎゅうにゅう	牛乳	バターロールパン			444kcal
		ぶたにくとねぎのあまからいため	豚肉	ごま油 三温糖	長ねぎ ピーマン	しょうゆ	18.6g
	15	ちゅうかサラダ くだもの		三温糖 ごま油	キャベツ ほうれん草 人参	酢 しょうゆ	15.4 g
	29	<mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.3 g
		午後おやっ むぎちゃ おかし		おかし		麦茶	
		メルルーサのマヨネーズやき	メルルーサ	三温糖	人参 玉葱 舞茸	マヨドレ しょうゆ	529kcal
					I 12 — C / 1		
	3	かぼちゃとじゃこのあまからいため	じゅこ	三温糖 油	かぼちゃ	しょうめ	2160
	3	かぼちゃとじゃこのあまからいため	じゃこ	三温糖 油	かぼちゃ	しょうゆ	21.6g
月		にらととうふのスープ みかん	絹豆腐		かぼちゃ ニラ 玉葱 えのき茸 みかん	しょうゆ 昆布 鰹節 塩	14.3 g
月		にらととうふのスープ みかん <mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし		おかし		昆布 鰹節 塩	_
月		にらととうふのスープ みかん <mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし <b>午後おやつ</b> むぎちゃ おせきはん(七五三)	絹豆腐 牛乳	おかし * も5* 甘納豆 白いりごま		昆布 鰹節 塩麦茶 塩	14.3g 1.0g
月		にらととうふのスープ みかん <mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし	絹豆腐	おかし		昆布 鰹節 塩	14.3 g
月	17	にらととうふのスープ みかん <mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし <b>午後おやつ</b> むぎちゃ おせきはん(七五三)	絹豆腐 牛乳	おかし * も5* 甘納豆 白いりごま	ニラ 玉葱 えのき茸 みかん	昆布 鰹節 塩麦茶 塩	14.3g 1.0g
	17	にらととうふのスープ みかん <mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし <b>午後おやつ</b> むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやき だいこんサラダ	絹豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉	おかし ** もち** 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖	<ul><li>ニラ 玉葱 えのき茸 みかん</li><li>人参</li><li>大根 人参 水菜</li></ul>	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g
月 火	17 4	にらととうふのスープ みかん <mark>午前おやつ</mark> ぎゅうにゅう おかし <b>午後おやつ</b> むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやき だいこんサラダ きのこのみそしる	編豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌	おかし * も5* 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油	ニラ 玉葱 えのき茸 みかん 人参	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g
	17 4	にらととうふのスープ みかん	編豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳	おかし * も5* 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし	ニラ 玉葱 えのき茸 みかん 人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g
	17 4	にらととうふのスープ みかん	無豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳 牛乳 するめ	おかし * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	<ul><li>ニラ 玉葱 えのき茸 みかん</li><li>人参</li><li>大根 人参 水菜</li><li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li><li>柿</li></ul>	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ 昆布 煮干し	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g
	17 4 18	にらととうふのスープ みかん	制豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳 するめ 牛乳 豚娘のひきわり納豆	おかし * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	ニラ 玉葱 えのき茸 みかん 人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜 柿 玉葱	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ 昆布 煮干し しょうゆ	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g
火	17 4 18	にらととうふのスープ みかん	相豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳 するめ 牛乳 豚焼肉 ひきわり納豆 ツナ缶	おかし * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	二ラ 玉葱 えのき茸 みかん         人参         大根 人参 水菜         しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         柿         玉葱         カリフラワー きゅうり	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ 昆布 煮干し しょうゆ 酢 マヨドレ 塩	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g
	17 4 18 5	にらととうふのスープ みかん	制豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳 するめ 牛乳 豚娘のひきわり納豆	おかし * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	ニラ 玉葱 えのき茸 みかん 人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜 柿 玉葱	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ 昆布 煮干し しょうゆ 酢 マヨドレ 塩	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g
火	17 4 18 5	にらととうふのスープ みかん	相豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳 するめ 牛乳 豚焼肉 ひきわり納豆 ツナ缶	おかし * * * * * * * * * * * * * * * * * * *	二ラ 玉葱 えのき茸 みかん         人参         大根 人参 水菜         しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         柿         玉葱         カリフラワー きゅうり	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ 昆布 煮干し しょうゆ 酢 マヨドレ 塩	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g
火	17 4 18 5	にらととうふのスープ みかん	相豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳 するめ 牛乳 豚焼肉 ひきわり納豆 ツナ缶 牛乳	おかし * も5* 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖	二ラ 玉葱 えのき茸 みかん         人参         大根 人参 水菜         しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         柿         玉葱         カリフラワー きゅうり	昆布 鰹節 塩 麦茶 塩 ひじき しょうゆ 酢 しょうゆ 昆布 煮干し しょうゆ 酢 マヨドレ 塩	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584kcal 25.4 g 19.2 g
火	17 4 18 5	<ul> <li>にらととうふのスープ みかん</li> <li>午前おやつ ぎゅうにゅう おかし</li> <li>午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三)</li> <li>とうふのごもくやきだいこんサラダきのこのみそしる</li> <li>午前おやつ ぎゅうにゅう おかし するめ コッペパン なっとうバーグカリフラワーのサラダさつまいもとかぼちゃのシチュー</li> <li>午前おやつ ぎゅうにゅう おかし</li> </ul>	相豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツナ缶 味噌 牛乳 するめ 牛乳 豚焼肉 ひきわり納豆 ツナ缶 牛乳	おかし ** も5** 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつまいも	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>玉葱</li> <li>カリフラワー きゅうり</li> <li>人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草</li> </ul>	<ul><li>昆布 鰹節 塩</li><li>麦茶 塩</li><li>ひじき しょうゆ</li><li>酢 しょうゆ</li><li>昆布 煮干し</li><li>しょうゆ</li><li>酢 塩</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584kcal 25.4 g 19.2 g
火	17 4 18 5	にらととうふのスープ みかん  午前おやつ ぎゅうにゅう おかし  午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやき だいこんサラダ きのこのみそしる  午前おやつ ぎゅうにゅう おかし  午後おやつ ぎゅうにゅう かき おかし するめ コッペパン なっとうバーグ カリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー  午前おやつ ぎゅうにゅう おかし  午後おやつ むぎちゃ だいこんめし りんご めかじきのごまみそやき	編 開 本線豆腐 鶏挽肉 ツ味噌 牛乳 ずるめ 牛乳 球焼肉 ひきわり納豆 ツナ乳 半乳 げ 半乳 げ メカジキ 味噌	おかし * も5* 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペバン 片栗粉 三温糖 さつまいも おかし 米 三温糖 三温糖	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>玉葱</li> <li>カリフラワー きゅうり</li> <li>人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草</li> <li>大根 大根葉 りんご</li> </ul>	<ul><li>昆布 鰹節 塩</li><li>麦茶 塩</li><li>ひじき しょうゆ</li><li>酢 しょうゆ</li><li>昆布 煮干し</li><li>しょうり</li><li>酢 塩</li><li>麦茶 しょうゆ</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g
火 水 _	17 4 18 5	にらととうふのスープ みかん 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやき だいこんサラダ きのこのみそしる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ ぎゅうにゅう かき おかし するめ コッペパン なっとうバーグ カリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー 午前おやつ むぎちゃ だいこんめし りんご めかじきのごまみそやき こうやどうふのにもの	福見 相豆腐 非記 東京 東京 東京 中乳 東京 東京 中乳 東京 東京 東京 東京 東京 東京 中乳 東京 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳	おかし ** も5** 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつまいも おかし 米 三温糖	ニラ 玉葱 えのき茸 みかん         人参         大根 人参 水菜         しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         柿         玉葱         カリフラワー きゅうり         人参 玉葱 南瓜 コーン店 コーンクリーム店 ほうれん草         大根 大根葉 りんご         人参 乾椎茸 さやいんげん	<ul><li>昆布 鰹節 塩</li><li>麦茶 塩</li><li>ひじき しょうゆ</li><li>酢 しょう ゆ</li><li>酢 塩</li><li>麦茶 しょうゆ</li><li>む ママーン</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433 kcal 20.2 g
火	17 4 18 5 19 6	にらととうふのスープ みかん  午前おやつ ぎゅうにゅう おかし  午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやき だいこんサラダ きのこのみそしる  午前おやつ ぎゅうにゅう おかし  午後おやつ ざゅうにゅう かき おかし するめ コッペパン なっとうバーグ カリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー  午前おやつ ぎゅうにゅう おかし  午後おやつ むぎちゃ だいこんめし りんご めかじきのごまみそやき こうやどうふのにもの すましじる	編豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツ味噌 牛乳 するめ 牛乳 豚焼肉 ひきわり納豆 ツナ乳 サモ 牛乳 揚力 ジラ 高野豆腐	おかし * t55* t t histo c in 10 ごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつまいも おかし 黒糖 三温糖 三温糖 白いりごま	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>玉葱</li> <li>カリフラワー きゅうり</li> <li>人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草</li> <li>大根 大根葉 りんご</li> </ul>	<ul><li>昆布 鰹節 塩</li><li>麦茶 塩</li><li>ひじき しょうゆ</li><li>酢 しょう ゆ</li><li>酢 塩</li><li>麦茶 しょうゆ</li><li>む ママーン</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433 kcal 20.2 g 11.4 g
火 水 _	17 4 18 5 19 6	作前がつ       ぎゅうにゅう おかし         午後おやつ       むぎちゃ おせきはん(七五三)         とうふのごもくやきだいこんサラダきのこのみそしる       ちゅうにゅう おかし         午前がつ       ぎゅうにゅう おかし するめコッペパン なっとうバーグカリフラワーのサラダきつまいもとかぼちゃのシチュー等ゅうにゅう おかし年後おやつ ぎゅうにゅう おかしながじきのごまみそやきこうやどうふのにものすましじる年前がつ	編豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツ味噌 牛乳 するめ 牛乳豚娘のひきわり納豆 ツナ乳 井乳 げ メカ野豆腐 牛乳	おかし ** も5** 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さかし 米 三温糖 白いりごま 三温糖 白いりごま	<ul> <li>ニラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>玉葱</li> <li>カリフラワー きゅうり</li> <li>人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草</li> <li>大根 大根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん</li> <li>ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸</li> </ul>	<ul><li>昆布 鰹節 塩</li><li>麦茶 塩</li><li>ひじき しょうゆ</li><li>酢 しょう ゆ</li><li>酢 塩</li><li>麦茶 しょうゆ</li><li>む ママーン</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433 kcal 20.2 g
火 水 _	17 4 18 5 19 6	午前おやつ       ぎゅうにゅう おかし         午後おやつ       ぎゅうにゅう おかし         とうふのごもくやきだいこんサラダきのこのみそしる       ちゅうにゅう おかし         午後おやつ       ぎゅうにゅう かき おかし するめ         コッペパン       なっとうバーグカリフラワーのサラダきつまいもとかぼちゃのシチュー等ゅうにゅう おかし         午前おやつ       ぎゅうにゅう おかし りんごめかじきのごまみそやきこうやどうふのにものすましじる         午前おやつ       ぎゅうにゅう おかし かき         年齢おやつ       ぎゅうにゅう おかし かき	編 編 京 高 高 第 現 京 高 第 現 明 明 中 明 明 中 明 明 中 明 明 中 明 明 の ひ きわり納豆 ツ 明 中 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明	おかし ** も5** 甘崎豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつまいも おかし 米 三温糖 三温糖 おかし おかし おかし おかかり	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>玉葱</li> <li>カリフラワー きゅうり</li> <li>人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草</li> <li>大根 大根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん</li> <li>ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸</li> <li>柿</li> </ul>	昆布 鰹節 塩麦茶 塩ひじき しょうゆ酢 しょうゆ昆布 煮 しょうゆは マーレック塩 麦茶 しょうゆしょうゆしま布 煙節 塩	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433 kcal 20.2 g 11.4 g 1.1 g
火 水 _	17 4 18 5 19 6 20	にらととうふのスープ みかん	編豆腐 牛乳 木綿豆腐 鶏挽肉 ツ味噌 牛乳 するめ 牛乳豚娘のひきわり納豆 ツナ乳 井乳 げ メカ野豆腐 牛乳	おかし ** も5** 甘納豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さかし 米 三温糖 白いりごま 三温糖 白いりごま	<ul> <li>ニラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>玉葱</li> <li>カリフラワー きゅうり</li> <li>人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草</li> <li>大根 大根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん</li> <li>ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸</li> </ul>	<ul><li>昆布 鰹節 塩</li><li>麦茶 塩</li><li>ひじき しょうゆ</li><li>酢 しょう ゆ</li><li>酢 塩</li><li>麦茶 しょうゆ</li><li>む ママーン</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li><li>しょうゆ</li></ul>	14.3g 1.0g 475kcal 20.0g 14.4g 1.6g 584kcal 25.4g 19.2g 1.4g 433kcal 20.2g 11.4g 1.1g
火 水 _	17 4 18 5 19 6 20	午前おやつ       ぎゅうにゅう おかし         午後おやつ       ぎゅうにゅう おかし         とうふのごもくやきだいこんサラダきのこのみそしる       ちゅうにゅう おかし         午後おやつ       ぎゅうにゅう かき おかし するめ         コッペパン       なっとうバーグカリフラワーのサラダきつまいもとかぼちゃのシチュー等ゅうにゅう おかし         午前おやつ       ぎゅうにゅう おかし りんごめかじきのごまみそやきこうやどうふのにものすましじる         午前おやつ       ぎゅうにゅう おかし かき         年齢おやつ       ぎゅうにゅう おかし かき	編 編 京 高 高 第 現 京 高 第 現 明 明 中 明 明 中 明 明 中 明 明 中 明 明 の ひ きわり納豆 ツ 明 中 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明	おかし ** も5** 甘崎豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつまいも おかし 米 三温糖 三温糖 おかし おかし おかし おかかり	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>玉葱</li> <li>カリフラワー きゅうり</li> <li>人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草</li> <li>大根 大根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん</li> <li>ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸</li> <li>柿</li> </ul>	昆布 鰹節 塩麦茶 塩ひじき しょうゆ酢 しょうゆ昆布 煮 しょうゆは マーレック塩 麦茶 しょうゆしょうゆしま布 煙節 塩	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433 kcal 20.2 g 11.4 g 1.1 g
火 水	17 4 18 5 19 6 20	にらととうふのスープ みかん	編 編 京 高 高 第 現 京 高 第 現 明 明 中 明 明 中 明 明 中 明 明 中 明 明 の ひ きわり納豆 ツ 明 中 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明 明	おかし ** も5** 甘崎豆 白いりごま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつまいも おかし 米 三温糖 三温糖 おかし おかし おかし おかかり	<ul> <li>ニラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         </li> <li>木葱 カリフラワー きゅうり         人参 玉葱 南瓜 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草         </li> <li>大根 大根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸 柿</li> <li>人参 ごぼう 乾椎茸</li> </ul>	<ul> <li>昆布 鰹節 塩</li> <li>麦茶 塩</li> <li>ひじき しょうゆ</li> <li>酢 しょうゆ</li> <li>昆布 煮干し</li> <li>しょう り</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうゆ</li> </ul>	14.3g 1.0g 475kcal 20.0g 14.4g 1.6g 584kcal 25.4g 19.2g 1.4g 433kcal 20.2g 11.4g 1.1g
火水木	17 4 18 5 19 6 20	下前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやき だいこんサラダ きのこのみそしる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし するめ コッペパン なっとうバーグ カリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし なっきいこんめし りんご めかじきのごまみそやき こうやどうふのにもの すましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし ちゅぎちゃ だいこんめし りんご めかじきのごまみそやき こうやどうふのにもの すましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし なきらいこんめし りんご ささくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる	編集 ・	おかし ** * * * * * * * * * * * * * * * * * *	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>大根 大根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん</li> <li>ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸</li> <li>柿</li> <li>人参 ごぼう 乾椎茸</li> <li>ブロッコリー コーン缶</li> </ul>	<ul> <li>昆布 鰹節 塩</li> <li>麦茶 塩</li> <li>ひじきしょうゆ</li> <li>酢 しょうゆ</li> <li>昆布 煮干し</li> <li>しょう りゅう</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうや</li> <li>しょうずマコドレ塩</li> <li>しょうずマコドレ塩</li> </ul>	14.3g 1.0g 475kcal 20.0g 14.4g 1.6g 584kcal 25.4g 19.2g 1.4g 433kcal 20.2g 11.4g 16.3g 14.8g
火水木	17 4 18 5 19 6 20	下前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやき だいこんサラダ きのこのみそしる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし するめ コッペパン なっとうバーグ カリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし なぎらったゅう おかし もとかぼちゃのシチュー ぎゅうにゅう おかし もとがじきのごまみそやき こうやどうふのにもの すましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし かだきのごまみそやき こうやどうふのにもの すましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし がき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし がき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし がき でもがら こういのも でもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる そ前おやつ ぎゅうにゅう おかし ない できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるいも できるの できるいも でも でも でも でも でも でも でも で	編集 ・	おかし ** * * * * * * * * * * * * * * * * * *	<ul> <li>ニラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         </li> <li>林 大根葉 りんご 人参 乾椎茸 さやいんげん ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸         </li> <li>はうれん草 人参 玉葱 えのき茸         </li> <li>たしめじ 小松菜</li> </ul>	<ul> <li>昆布 鰹節 塩</li> <li>麦茶 塩</li> <li>ひじしゅうゆ</li> <li>昆布 煮 ゆいます</li> <li>しょうのの</li> <li>しょうのの</li> <li>しょうのの</li> <li>しょうのの</li> <li>しない</li> <l< th=""><th>14.3g 1.0g 475kcal 20.0g 14.4g 1.6g 584kcal 25.4g 19.2g 1.4g 433kcal 20.2g 11.4g 1.1g</th></l<></ul>	14.3g 1.0g 475kcal 20.0g 14.4g 1.6g 584kcal 25.4g 19.2g 1.4g 433kcal 20.2g 11.4g 1.1g
火水木	17 4 18 5 19 6 20	中前おやつ ぎゅうにゅう おかし 子後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三) とうふのごもくやきだいこんサラダ きのこのみそしる ぎゅうにゅう おかし するめ ゴッペパン なっとうバーグ カリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー 年前おやつ きずっうにゅう おかし りんごめかじきのごまみそやきこうやどうふのにものすましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 手前おやつ ぎゅうにゅう おかし チ後おやつ ぎゅうにゅう おかし チ後おやつ ぎゅうにゅう おかし チ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ちゅうにゅう おかし ちゅうにゅう おかし ちゅうにゅう おかし ちゅうにゅう さといものからあげ みかん	編件 木ツ味牛牛乳乳 が 原腐 腐腐 腐腐 腐腐 ののでするのできますが 中牛乳乳 ボッシュ で 中牛乳乳 ボッシュ で 中牛乳乳 ボッシュ で 中牛乳乳 がいか で はいいが で はいが にがが にがが にがが にがが にがが にがが にがが にがが にがが に	おかし ** 65% 甘納豆 G100でま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さかか 三温糖 白いりごまいも 米 三温糖 白いりごま ※ 三温糖 りがかし 米 三温糖 おかし 米 三温糖	<ul> <li>ニラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         </li> <li>林 大根葉 りんご 人参 乾椎茸 さやいんげん ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸         </li> <li>はうれん草 人参 玉葱 えのき茸         </li> <li>たしめじ 小松菜</li> </ul>	<ul> <li>昆布 鰹節 塩</li> <li>麦茶 塩</li> <li>ひじきしょうゆ</li> <li>酢 しょうゆ</li> <li>昆布 煮干し</li> <li>しょう りゅう</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうゆ</li> <li>しょうや</li> <li>しょうずマコドレ塩</li> <li>しょうずマコドレ塩</li> </ul>	14.3 g 1.0 g 475 kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584 kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433 kcal 20.2 g 11.4 g 1.1 g 481 kcal 16.3 g 14.8 g 1.5 g
火水木	17 4 18 5 19 6 20 7 21	下的おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三)とうふのごもくやきだいこんサラダ きのこのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし するめ コッペパン なっとうバーグ カリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし りんご めかじきのごまみそやき こうやどうふのにもの すましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう さといものからあげ みかん バターロールパン ぎゅうにゅう	編集 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日	おかし ** 65% 甘納豆 G100でま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかしし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつかし 温糖 ロンカケ 三温糖 ・ 一	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>大根 文根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん</li> <li>ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸</li> <li>柿</li> <li>人参 ごぼう 乾椎茸</li> <li>ブロッコリー コーン缶</li> <li>玉葱 しめじ 小松菜</li> <li>みかん</li> </ul>	<ul> <li>民布 鰹節 塩</li> <li>麦茶 塩</li> <li>ひ 酢 右 し ようゆ</li> <li>し う ヨ し ようゆ</li> <li>し よ マ し ようゆ</li> <li>し よ マ し ようゆ</li> <li>し よ の 塩 しょうゆ</li> <li>し よ の 塩 しょうゆ</li> <li>し よ き 煮 ゆ</li> <li>し よ き 煮 り</li> <li>し よ き え き な き ま り り</li> <li>し よ き え き ま り り</li> <li>し よ り り</li> <li>し よ り り</li> <li>し よ り り り り</li> <li>し よ り り り り り り り り り り り り り り り り り り</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433kcal 20.2 g 11.4 g 1.1 g 481kcal 16.3 g 14.8 g 1.5 g
	17 4 18 5 19 6 20 7 21	にらととうふのスープ みかん	編件 木ツ味牛牛乳乳 別の 原 原 原 原 原 の の の の の の の の の の の の の	おかし ** 65% 甘納豆 G100でま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかし コッペパン 片栗粉 三温糖 さかか 三温糖 白いりごまいも 米 三温糖 白いりごま ※ 三温糖 りがかし 米 三温糖 おかし 米 三温糖	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         </li> <li>木葱 カリフラワー きゅうり         </li> <li>人参 玉葱 南瓜 □ーン缶 ローンクリーム缶 ほうれん草         </li> <li>大根 大根葉 りんご         </li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん         </li> <li>はうれん草 人参 玉葱 えのき茸         </li> <li>柿         </li> <li>人参 ごぼう 乾椎茸 ブロッコリー コーン缶         </li> <li>玉葱 しめじ 小松菜         </li> <li>みかん         </li> <li>玉葱</li> </ul>	<ul> <li>民布 鰹節塩</li> <li>麦茶じしょうゆ</li> <li>しょう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433kcal 20.2 g 11.4 g 11.1 g 481kcal 16.3 g 14.8 g 1.5 g 441kcal 19.6 g
火水木	17 4 18 5 19 6 20 7 21 8	下的おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三)とうふのごもくやきだいこんサラダ きのこのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし するめ コッペパン なっとうバーグカリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー 午前おやつ むぎちゃ だいこんめし りんごめかじきのごまみそやきこうやどうふのにものすましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ きゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ さらのうにゅう おかし ケ後のあまからに ブロッコリーのおかかあえ くだもの	編集 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 京 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日 ・ 日	おかし ** 65% 甘納豆 G100でま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかしし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつかし 温糖 ロンカケ 三温糖 ・ 一	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参</li> <li>大根 人参 水菜</li> <li>しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜</li> <li>柿</li> <li>大根 文根葉 りんご</li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん</li> <li>ほうれん草 人参 玉葱 えのき茸</li> <li>柿</li> <li>人参 ごぼう 乾椎茸</li> <li>ブロッコリー コーン缶</li> <li>玉葱 しめじ 小松菜</li> <li>みかん</li> </ul>	<ul> <li>民布 鰹節 塩</li> <li>麦茶 塩</li> <li>ひ 酢 右 し ようゆ</li> <li>し う ヨ し ようゆ</li> <li>し よ マ し ようゆ</li> <li>し よ マ し ようゆ</li> <li>し よ の 塩 しょうゆ</li> <li>し よ の 塩 しょうゆ</li> <li>し よ き 煮 ゆ</li> <li>し よ き 煮 り</li> <li>し よ き え き な き ま り り</li> <li>し よ き え き ま り り</li> <li>し よ り り</li> <li>し よ り り</li> <li>し よ り り り り</li> <li>し よ り り り り り り り り り り り り り り り り り り</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433kcal 20.2 g 11.4 g 1.1 g 481kcal 16.3 g 14.8 g 1.5 g
	17 4 18 5 19 6 20 7 21 8	にらととうふのスープ みかん	編件 木ツ味牛牛乳乳 別の 原 原 原 原 原 の の の の の の の の の の の の の	おかし ** 65% 甘納豆 G100でま さつまいも 片栗粉 三温糖 三温糖 ごま油 おかしし コッペパン 片栗粉 三温糖 さつかし 温糖 ロンカケ 三温糖 ・ 一	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         </li> <li>木葱 カリフラワー きゅうり         </li> <li>人参 玉葱 南瓜 □ーン缶 ローンクリーム缶 ほうれん草         </li> <li>大根 大根葉 りんご         </li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん         </li> <li>はうれん草 人参 玉葱 えのき茸         </li> <li>柿         </li> <li>人参 ごぼう 乾椎茸 ブロッコリー コーン缶         </li> <li>玉葱 しめじ 小松菜         </li> <li>みかん         </li> <li>玉葱</li> </ul>	<ul> <li>民布 鰹節塩</li> <li>麦茶じしょうゆ</li> <li>しょう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433kcal 20.2 g 11.4 g 11.1 g 481kcal 16.3 g 14.8 g 1.5 g 441kcal 19.6 g
	17 4 18 5 19 6 20 7 21 8	下的おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ むぎちゃ おせきはん(七五三)とうふのごもくやきだいこんサラダ きのこのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし するめ コッペパン なっとうバーグカリフラワーのサラダ さつまいもとかぼちゃのシチュー 午前おやつ むぎちゃ だいこんめし りんごめかじきのごまみそやきこうやどうふのにものすましじる 午前おやつ ぎゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ きゅうにゅう おかし かき ごもくごはん ブロッコリーのひじきマヨサラダ とうふのみそしる 年前おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ ぎゅうにゅう おかし ケ後おやつ さらのうにゅう おかし ケ後のあまからに ブロッコリーのおかかあえ くだもの	編件 木ツ味牛牛乳乳 が 一切 で で 乳乳 が で で い で い で で 乳乳 が で で で い で で い で で い で で い か で で で い か で で で で	おかし ** t55** t t hh 豆 白いりごま さつまいも 片 元 ま ま 油 おかかし コッペパン う	<ul> <li>二ラ 玉葱 えのき茸 みかん</li> <li>人参 大根 人参 水菜 しめじ えのき茸 舞茸 玉葱 小松菜         </li> <li>木葱 カリフラワー きゅうり         </li> <li>人参 玉葱 南瓜 □ーン缶 ローンクリーム缶 ほうれん草         </li> <li>大根 大根葉 りんご         </li> <li>人参 乾椎茸 さやいんげん         </li> <li>はうれん草 人参 玉葱 えのき茸         </li> <li>柿         </li> <li>人参 ごぼう 乾椎茸 ブロッコリー コーン缶         </li> <li>玉葱 しめじ 小松菜         </li> <li>みかん         </li> <li>玉葱</li> </ul>	<ul> <li>民布 鰹節塩</li> <li>麦茶じしょうゆ</li> <li>しょう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</li></ul>	14.3 g 1.0 g 475kcal 20.0 g 14.4 g 1.6 g 584kcal 25.4 g 19.2 g 1.4 g 433kcal 20.2 g 11.4 g 1.1 g 481kcal 16.3 g 14.8 g 1.5 g 441kcal 19.6 g 15.1 g

