



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は1.2歳 10時おやつ)	エネルギーたんぱく質 脂質・塩分 ()は1・2歳
1金	ひじきごはん 鶏の照焼き キャベツのソテー 豆腐のすまし汁 みかん缶	米(50g),芽ひじき(1),ごま(0.2),花かつお(1),濃口しょうゆ(1),さとう(1),みりん(0.3) / 鶏もも肉(50),濃口しょうゆ(0.5),なたねサラダ油(0.5),さとう(1),濃口しょうゆ(2),みりん(1),でんぷん(1) / キャベツ(25),チンゲンサイ(10),にんじん(5),グリーンアスパラガス(5),しめじ(5),なたねサラダ油(0.2),食塩(0.1),濃口しょうゆ(0.3) / 木綿豆腐(20),たまねぎ(15),にんじん(6),あおねぎ(3),干しわかめ(0.2),淡口しょうゆ(2),食塩(0.2),だし昆布(0.5),けずりぶし(2)	◎牛乳 ◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味牛乳 ほしのおせんべい エースコイン,甘夏	544(520) 21.3(20.9) 16.9(18.2) 1.2(1.1)
2土	肉うどん チャンプルー	干しうどん(55g),豚もも肉(30),さとう(1),濃口しょうゆ(1),みりん(0.3),たまねぎ(20),あおねぎ(3),だし昆布(0.5),けずりぶし(2.5),淡口しょうゆ(4),濃口しょうゆ(2),みりん(2) / 木綿豆腐(35),ツナ缶(10),たまねぎ(20),チンゲンサイ(10),にんじん(5),ごま油(1.5),さとう(1),淡口しょうゆ(2),料理酒(1),食塩(0.1),こしょう	◎牛乳 ◎かぼちゃポーロ牛乳 ミニ野菜スティック えびスナック	519(481) 23.6(20.7) 16.4(15.4) 0.9(0.7)
7木	ごはん 豚肉のうま煮 豆腐のみそ汁	米(60g) / 豚もも肉(30),たまねぎ(40),チンゲンサイ(15),にんじん(10),あおねぎ(5),しめじ(5),なたねサラダ油(1),さとう(2),濃口しょうゆ(4),みりん(1),料理酒(0.5),でんぷん(1.5) / 木綿豆腐(20),じゃがいも(20),たまねぎ(15),にんじん(5),干しわかめ(0.3),けずりぶし(2.5),みそ(8)	◎牛乳 ◎元気あまからせん牛乳,豆乳クッキー アンパンマンのふんわりコーン ごま入り味付きいりこ(3~5歳)	529(454) 20.5(17.3) 15.6(15.4) 1.8(1.5)
8金	ごはん 鯖のカレー煮 キャベツのおかか炒め 糸かまぼこのすまし汁	米(50g) / さば(40),料理酒(0.2),さとう(2),濃口しょうゆ(3),みりん(1),純カレールー粉(0.1) / キャベツ(20),こまつな(10),にんじん(5),なたねサラダ油(0.3),花かつお(0.8),濃口しょうゆ(1.5) / 糸かまぼこ(10),たまねぎ(15),にんじん(6),しめじ(6),あおねぎ(3),だし昆布(0.5),けずりぶし(2),淡口しょうゆ(2),食塩(0.2)	◎牛乳 ◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味シリア まあるいクラッカー 満月ボン,ハイ! チーズ	517(529) 34.0(33.0) 13.9(17.0) 1.8(1.7)
9土	チャンポン麺 ツナじゃが	干し中華めん(50g),豚もも肉(30),たまねぎ(20),キャベツ(10),にんじん(5),チンゲンサイ(10),けずりぶし(2),ごま油(0.2),淡口しょうゆ(6),食塩(0.1),こしょう,でんぷん(1) / ツナ缶(10),じゃがいも(35),にんじん(10),なたねサラダ油(0.5),さとう(1.5),濃口しょうゆ(2.5)	◎牛乳 ◎かぼちゃポーロ牛乳 ぼたぼた焼き 元気恐竜ものがたり	510(479) 23.8(20.8) 14.4(13.9) 1.4(1.2)
11月	ドッグパン クリームスープ ミートマカロニ	ドッグパン(1個) / 鶏もも肉(20),たまねぎ(25),にんじん(15),じゃがいも(40),しめじ(5),無塩バター(2),牛乳(30),スキムミルク(3),とりがらスープ(6),生クリーム(1.5),食塩(0.3),こしょう / ツイストマカロニ(15),豚ミンチ肉(15),たまねぎ(20),にんじん(6),なたねサラダ油(0.5),トマトピューレ(デルムフ) (6),トマトチャップ(3),カサ-リス(0.5),さとう(0.5),食塩(0.1),こしょう / 米(40),さとう(1.5),濃口しょうゆ(2),なたねサラダ油(1)	◎牛乳 ◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味牛乳 焼きおにぎり	638(537) 26.2(22.4) 17.4(15.8) 1.5(1.2)
12火	たけのごはん 鮭の塩焼き じゃがいもの炒め煮 豆腐のみそ汁	米(45g),たけのこ(10),にんじん(3),うすあげ(3),だし昆布(0.5),食塩(0.1),淡口しょうゆ(2),みりん(1) / 秋鮭(40),食塩(0.2) / じゃがいも(35),にんじん(5),こまつな(5),ちくわ(3),ごま油(0.5),さとう(1),濃口しょうゆ(1.5) / 木綿豆腐(20),たまねぎ(15),チンゲンサイ(6),にんじん(5),あおねぎ(3),けずりぶし(2),みそ(8)	◎牛乳 ◎全粒粉クラッカー 牛乳,そら豆 エースコイン バナナ	503(487) 23.7(23.4) 12.8(14.6) 1.8(1.5)
13水	ごはん ビビンバ風炒め物 わかめのスープ	米(60g) / 豚ミンチ肉(35),しょうが(0.2),さとう(1),濃口しょうゆ(2),ごま油(0.5),ほうれんそう(20),にんじん(20),もやし(20),ごま(1),さとう(2),濃口しょうゆ(3) / 木綿豆腐(20),干しわかめ(0.3),たまねぎ(20),にんじん(5),あおねぎ(3),えのきたけ(3),とりがらスープ(3),食塩(0.1),こしょう,淡口しょうゆ(3)	◎牛乳 ◎ミルクティ 牛乳,ほしのおせんべい 畑のクラッカー 河内晩柑	549(480) 20.9(18.6) 16.9(17.1) 1.2(0.9)
14木	ごはん 鯖の漬焼き 切干大根の炒め煮 豚汁	米(50g) / さわら(40),料理酒(0.2),さとう(1),濃口しょうゆ(2),みりん(1) / きりほしだいこん(4),にんじん(5),うすあげ(3),干しいたけ(0.2),さやいんげん(3),なたねサラダ油(0.5),さとう(1.5),濃口しょうゆ(2),けずりぶし(0.3) / 豚もも肉(10),さつまいも(20),たまねぎ(15),にんじん(5),こまつな(5),ごぼう(4),けずりぶし(2.5),みそ(8)	◎牛乳 ◎元気あまからせん牛乳 ミニ動物ビスケット 元気カリボテミニ	557(532) 22.8(22.4) 16.2(16.6) 1.7(1.4)
15金	ごはん 卵焼き 人参しりしり 豆腐の味噌汁	米(50g) / たまご(40),たまねぎ(10),スキムミルク(2),淡口しょうゆ(0.2),食塩(0.1),なたねサラダ油(1) / ツナ(10),にんじん(20),コーン(5),淡口しょうゆ(0.5),料理酒(1),食塩(0.1),こしょう,なたねサラダ油(0.5) / 木綿豆腐(20),たまねぎ(15),キャベツ(10),にんじん(6),えのきたけ(5),干しわかめ(0.2),けずりぶし(2.5),みそ(8) / かつお-カツ(25),スキムミルク(3),さとう(3),ごま(1),なたね油(4)	◎牛乳 ◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味牛乳 おとし揚げ	559(509) 22.3(20.0) 18.4(18.0) 1.8(1.6)
16土	ミートスパゲティ 豆腐のすまし汁	スパゲティ(50g),豚ミンチ肉(30),たまねぎ(50),にんじん(7),なたねサラダ油(1),トマトピューレ(20),トマトチャップ(10),カサ-リス(1.5),さとう(1.5),食塩(0.1),こしょう / 木綿豆腐(20),じゃがいも(15),にんじん(5),チンゲンサイ(5),だし昆布(0.5),けずりぶし(2),淡口しょうゆ(2),食塩(0.2)	◎牛乳 ◎かぼちゃポーロ牛乳 たべっ子ベイビーおやさい 1歳からのかっぱえびせん	514(476) 21.4(18.9) 15.9(14.7) 0.5(0.5)
18月	ごはん チャンプルー 和風春雨スープ	米(50g) / 木綿豆腐(50),豚もも肉(25),たまねぎ(30),にんじん(15),チンゲンサイ(15),なたねサラダ油(1),さとう(3),淡口しょうゆ(3),料理酒(1),食塩(0.1),こしょう / 春雨(2),焼豚(7),たまねぎ(15),にんじん(7),えのきたけ(5),あおねぎ(3),だし昆布(0.5),けずりぶし(2),淡口しょうゆ(2),食塩(0.2)	◎牛乳 ◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味牛乳,ねじりん棒 野菜スティック 国産りんごゼリー	544(486) 20.0(18.0) 17.8(16.4) 0.5(0.4)
19火	ごはん 関東煮 わかめの味噌汁 じゃこの佃煮	米(50g) / 鶏もも肉(20),厚揚げ(20),じゃがいも(35),だいこん(20),にんじん(20),ちくわ(3),さやいんげん(3),さとう(2),濃口しょうゆ(3),けずりぶし(1) / 木綿豆腐(20),たまねぎ(15),しめじ(5),にんじん(5),干しわかめ(0.2),けずりぶし(2.5),みそ(8) / ちりめんじゃこ(6),さとう(0.5),濃口しょうゆ(1),みりん(1),ごま(0.5) / おつゆ(5),無塩バター(6),グラニュー糖(4),きなこ(3)	◎牛乳 ◎全粒粉クラッカー 牛乳 麩のラスク 河内晩柑	520(497) 23.2(21.3) 16.8(17.5) 2.1(1.7)
20水	ごはん 鯖のみそ煮 小松菜の煮浸し 糸かまぼこのすまし汁	米(50g) / さば(40),しょうが(0.3),みそ(4),さとう(2),みりん(1),料理酒(0.5) / うすあげ(3),キャベツ(20),こまつな(15),にんじん(5),さとう(0.3),淡口しょうゆ(1),けずりぶし(0.3) / 糸かまぼこ(10),たまねぎ(15),にんじん(6),チンゲンサイ(6),あおねぎ(3),だし昆布(0.5),けずりぶし(2),淡口しょうゆ(2),食塩(0.2) / ショルダーベーコン(5),じゃがいも(50),たまねぎ(12),無塩バター(1),とろけるチーズ(15),食塩(0.1),こしょう	◎牛乳 ◎ミルクティ 牛乳 じゃがいものチーズ焼き	513(493) 24.6(23.6) 20.2(21.2) 1.4(1.2)



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は1.2歳 10時おやつ)	エネルギーたんぱく質脂質・塩分 ()は1・2歳 ()は1・2歳
21 木	ごはん 牛肉のうま煮 豆腐のみそ汁	米(60g) / 牛もも肉(30), たまねぎ(40), チンゲンサイ(15), にんじん(10), あおねぎ(5), しめじ(5), なたねサラダ油(1), さとう(2), 濃口しょうゆ(4), みりん(1), 料理酒(0.5), でんぷん(1.5) / 木綿豆腐(20), じゃがいも(20), たまねぎ(15), にんじん(5), 干しわかめ(0.3), けずりぶし(2.5), みそ(8)	◎牛乳 ◎元気あまからせん 牛乳, 豆乳, クッキー アンパンマンのふんわりコーン ごま入り味付きいりこ(3~5歳)	549(469) 20.1(16.9) 18.1(17.4) 1.8(1.5)
22 金	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜ソテー コーンスープ	米(50g) / メルルーサ(40), 食塩(0.2), こしょう, 白ワイン(1), パン粉(2), なたねサラダ油(0.5), 無塩バター(4) / 焼豚(6), キャベツ(30), にんじん(6), こまつな(6), ビーマン(3), なたねサラダ油(0.5), 食塩(0.1), 濃口しょうゆ(0.5) / ショルダーベーコン(7), 北海道クリームコーン(15), コーン(3), たまねぎ(20), にんじん(5), チンゲンサイ(8), とりがらすープ(3), けずりぶし(2), 淡口しょうゆ(2), 食塩(0.2) / 小麦粉(25), パン粉(4) / (0.5), さとう(7), スキムミルク(3), 南瓜ペースト(10), 南瓜(10), なたねサラダ油(3)	◎牛乳 ◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味 牛乳 南瓜蒸しパン	566(521) 23.5(22.3) 15.5(15.8) 1.3(1.2)
23 土	味噌ラーメン ツナじゃが	干し中華めん(50), 豚もも肉(35), たまねぎ(20), キャベツ(10), にんじん(6), あおねぎ(5), とりがらすープ(2.5), みそ(7), 濃口しょうゆ(0.5), 食塩(0.2), こしょう, だし昆布(0.5) / ツナ缶(10), じゃがいも(35), にんじん(10), なたねサラダ油(0.5), さとう(1.5), 濃口しょうゆ(2.5)	◎牛乳 ◎かぼちゃポーロ 牛乳 ぼたぼた焼き 元気恐竜ものがたり	527(492) 26.2(22.7) 15.1(14.5) 2.5(2.1)
25 月	うずまきパン ミートビーンズ クリームスープ	うずまきパン(1個) / 蒸し挽き割り大豆(20), 豚ミンチ肉(15), たまねぎ(30), じゃがいも(20), にんじん(10), 無塩バター(1), さとう(0.5), トマトチャップ(6), ガスター(1), 食塩(0.1), こしょう / ショルダーベーコン(7), たまねぎ(35), にんじん(10), 無塩バター(1.5), とりがらすープ(3), 牛乳(20), スキムミルク(3), 生クリーム(1.5), 食塩(0.2), こしょう / 米(25), もち米(15), みそ(3), ごま(1), さとう(2), みりん(1), なたねサラダ油(2)	◎牛乳 ◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味 牛乳 ごま入り五平餅	618(525) 23.7(20.6) 19.8(17.6) 1.5(1.1)
26 火	ごはん 鯖の漬焼き じゃがいもの炒め煮 豆腐のみそ汁	米(50g) / さわら(40), 料理酒(0.2), さとう(1), 濃口しょうゆ(2), みりん(1) / じゃがいも(35), にんじん(5), こまつな(5), ちくわ(3), ごま油(0.5), さとう(1), 濃口しょうゆ(1.5) / 木綿豆腐(20), たまねぎ(15), チンゲンサイ(6), にんじん(5), あおねぎ(3), けずりぶし(2), みそ(8)	◎牛乳 ◎全粒粉クラッカー アシドミルクプラス まあるいクラッカーミニ さかなの学校, 型抜きチーズ	554(591) 37.6(39.4) 15.1(19.2) 2.1(1.8)
27 水	ごはん ピピンバ風炒め物 わかめのスープ	米(60g) / 豚ミンチ肉(35), しょうが(0.2), さとう(1), 濃口しょうゆ(2), ごま油(0.5), ほうれんそう(20), にんじん(20), もやし(20), ごま(1), さとう(2), 濃口しょうゆ(3) / 木綿豆腐(20), 干しわかめ(0.3), たまねぎ(20), にんじん(5), あおねぎ(3), えのきたけ(3), とりがらすープ(3), 食塩(0.1), こしょう, 淡口しょうゆ(3) / ツイストマカロニ(15), ショルダーベーコン(7), たまねぎ(15), キャベツ(10), にんじん(3), えのきたけ(5), 無塩バター(3), 食塩(0.1), こしょう, 濃口しょうゆ(2)	◎牛乳 ◎ミルクスティック 牛乳 和風マカロニ	540(469) 22.9(20.1) 17.6(17.6) 1.6(1.3)
28 木	ごはん ほっけのから揚げ キャベツの甘酢炒め じゃがいものすまし汁	米(50g) / ほっけ(40), 料理酒(0.2), 食塩(0.1), でんぷん(8), なたね油(4) / キャベツ(30), にんじん(6), きゅうり(5), なたねサラダ油(0.2), 米酢(3), さとう(1.5), 食塩(0.1), 淡口しょうゆ(1) / うすあげ(3), じゃがいも(25), たまねぎ(10), にんじん(6), こまつな(5), だし昆布(0.5), けずりぶし(2), 淡口しょうゆ(2), 食塩(0.2)	◎牛乳 ◎元気あまからせん 牛乳 ミニ動物ビスケット 元気カリポテミニ	536(510) 18.6(18.7) 16.3(16.3) 0.5(0.4)
29 金	ごはん 卵焼き 切干大根の炒め煮 豆腐の味噌汁	米(50g) / たまご(40), たまねぎ(10), スキムミルク(2), 淡口しょうゆ(0.2), 食塩(0.1), なたねサラダ油(1) / きりぼしだいこん(4), にんじん(5), うすあげ(3), 干しいたけ(0.2), さやいんげん(3), なたねサラダ油(0.5), さとう(1.5), 濃口しょうゆ(2), けずりぶし(0.3) / 木綿豆腐(20), たまねぎ(15), キャベツ(10), にんじん(6), えのきたけ(5), 干しわかめ(0.2), けずりぶし(2.5), みそ(8) / かつお-キッス(25), スキムミルク(3), 無塩バター(4), さとう(3), マーマレード(10)	◎牛乳 ◎とうもろこしでつくったパフスナック塩味 牛乳 マーマレードケーキ	578(525) 20.6(18.6) 18.1(17.7) 1.9(1.7)
30 土	ミートスパゲティ 豆腐のすまし汁	スパゲティ(50g), 豚ミンチ肉(30), たまねぎ(50), にんじん(7), なたねサラダ油(1), トマトピューレ(デルタ) (20), トマトチャップ(10), ガスター(1.5), さとう(1.5), 食塩(0.1), こしょう / 木綿豆腐(20), じゃがいも(15), にんじん(5), チンゲンサイ(5), だし昆布(0.5), けずりぶし(2), 淡口しょうゆ(2), 食塩(0.2)	◎牛乳 ◎かぼちゃポーロ 牛乳 たべっ子バイビーおやさい 1歳からのかっぱえびせん	514(476) 21.4(18.9) 15.9(14.7) 0.5(0.5)

調理室の衛生~安全な給食のために~

- ◎手洗いは液体石けんを使用し、手指用アルコール液で消毒しています。配膳時は、手袋の着用を徹底しています。
- ◎献立は食中毒予防の観点から、加熱調理を基本にしています。
- ◎野菜、果物は、流水で十分に洗浄しています。
- ◎完成品は保存食として冷凍庫で二週間分保存しています。



・職員の体調管理の記録



・調理時の加熱の徹底 (温度の記録)



・手洗い、器具消毒等の徹底



・納品時の食材の品質管理



今月の栄養価(5月)

栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
3才以上児	543	23.5	16.6	298	2.1	239	0.36	0.55	20	5.0	1.4
目標量	575	19~29	13~20	270	2.3	230	0.23	0.36	18	3.6	1.6以下
3才未満児	501	21.6	16.6	311	1.8	223	0.32	0.53	16	4.1	1.2
目標量	470	16~24	11~16	220	2	190	0.2	0.28	18	3.2	1.5以下

※材料の都合により、献立を変更することがあります