

日付	献立名	材料名	おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
14 28 月	ご飯 けんちん汁 魚のねぎ味噌焼き さつま芋のレモン煮 果物	米、発芽玄米/木綿豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう、さといも、なたね油、しょうゆ、食塩、本みりん、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末/ぶり、酒、ねぎ、無添加麦みそ、本みりん、きび砂糖/さつまいも、砂糖、レモン果汁、無塩バター/キウイフルーツ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、卵、牛乳、きび砂糖、無塩バター、ブロッコリー、クリームコーン缶	牛乳 ブロッコリーと コーンのマフィン	539(424) 21.4(17.0) 17.9(14.2) 1.0(0.8)
01 15 火	ご飯 味噌汁 ひじき入りおろしバーグ ごま味噌和え 果物	米、発芽玄米/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、無添加麦みそ、じゃがいも、たまねぎ、生わかめ/豚ひき肉、食塩、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、ひじき、卵、パン粉、だいこん、きび砂糖、しょうゆ、本みりん/ほうれんそう、緑豆もやし、にんじん、すりごま、無添加麦みそ、きび砂糖、本みりん/バナナ/牛乳/①ゆでうどん、豚肉(もも)、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、食塩、しょうゆ、酒、みりん、かつお節⑩薄力粉、卵、きび砂糖、油、生クリーム、ココア、いちご	牛乳 ①焼きうどん ⑩誕生日ケーキ	510(408) 21.6(17.3) 15.1(12.1) 1.6(1.2)
02 16 水	コーンクリームスパゲティ スープ さっぱりポテトサラダ 果物	スパゲティ、鶏もも肉(皮付き)、たまねぎ、油、クリームコーン缶、牛乳、小麦粉、食塩/キャベツ、えのきたけ、にんじん、卵、食塩、洋風だしの素/じゃがいも、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、酢、油、砂糖、食塩/りんご/牛乳/米、豚ひき肉、たまねぎ、きび砂糖、無添加麦みそ	牛乳 肉みそおにぎり	555(443) 22.6(18.1) 15.1(12.1) 1.6(1.3)
03 17 木	③0, 1歳: 鬼ランチ 2歳~恵方巻 ⑩ご飯 千草焼き いわしのつみれ汁 切干大根の煮物 果物	③(0, 1歳: 米、納豆、だし、しょうゆ、きゅうり、にんじん、桜でんぶ、焼きのり)2歳~米、米酢、きび砂糖、食塩、きゅうり、カニカマ、干びょう、きび砂糖、しょうゆ、みりん、卵、きび砂糖、食塩、みりん、桜でんぶ、焼きのり/⑩米、発芽玄米/卵、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、いんげん、干しいたけ、なたね油、しょうゆ、砂糖、食塩/いわし、しょうが、無添加麦みそ、ねぎ、はくさい、しょうゆ、食塩/切り干しだいこん、にんじん、きび砂糖、酒、しょうゆ、本みりん/はっさく/牛乳/③薄力粉、きび砂糖、さつまいも⑩食パン、ねりごま、黒砂糖、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、オリーブ油	牛乳 ③鬼まんじゅう ⑩黒ゴマ	511(405) 22.0(17.2) 16.3(12.9) 1.7(1.3)
04 18 金	キーマカレー スープ バナナヨーグルト	米、発芽玄米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ゆで大豆、にんにく、なたね油、ホールトマト缶詰、カレールウ、豆乳/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、こまつな、ねぎ、生わかめ、しょうゆ、食塩/バナナ、みかん缶、ヨーグルト(無糖)、きび砂糖/牛乳/マカロニ、きな粉、きび砂糖	牛乳 マカロニきな粉	587(469) 23.0(18.4) 20.6(16.5) 1.6(1.2)
07 21 月	ご飯 豆乳スープ ミートボール 大根サラダ 果物	米、発芽玄米/たまねぎ、はくさい、コーン缶、にんじん、オリーブ油、水、豆乳、洋風だしの素、食塩/豚ひき肉、食塩、酒、たまねぎ、なたね油、片栗粉、ケチャップ、中濃ソース、きび砂糖、本みりん、米酢/だいこん、こまつな、しらす干し、しょうゆ、酢、きび砂糖、ごま油/キウイフルーツ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、きび砂糖、牛乳、無添加麦みそ、なたね油	牛乳 味噌蒸しばん	516(412) 20.2(16.2) 19.2(15.3) 1.6(1.2)
08 22 火	ご飯 沢煮椀 魚のみそ煮 野菜炒め	米、発芽玄米/豚肉(もも)、ごぼう、だいこん、ねぎ、にんじん、しいたけ、しょうゆ、食塩、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末/さば、しょうが、無添加麦みそ、きび砂糖、みりん、酒、しょうゆ/キャベツ、たまねぎ、にんじん、緑豆もやし、油、食塩、しょうゆ/デコボン/牛乳/小麦粉、白玉粉、こしあん、さつまいも	牛乳 いきなり団子 【熊本県の郷土料理】	504(403) 21.9(17.5) 14.3(11.5) 1.2(1.0)
09 水	カレーうどん ブロッコリーのサラダ 果物	ゆでうどん、豚肉(もも)、にんじん、ねぎ、はくさい、油揚げ、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、しょうゆ、本みりん、食塩、カレー粉、片栗粉/ブロッコリー、ツナ水煮缶、コーン缶、しょうゆ、きび砂糖、酢、マヨネーズ、すりごま、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末/バナナ/牛乳/米、しらす干し、ごま、しそふりかけ/煮干し、きび砂糖、しょうゆ	牛乳 ゆかりしらすおにぎり おやつ小魚付	506(405) 22.2(17.8) 13.1(10.4) 1.7(1.3)
10 24 木	ご飯 味噌汁 タラのあけぼの焼き 納豆あえ	米、発芽玄米/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、無添加麦みそ、さつまいも(皮付)、たまねぎ、えのきたけ/たら、食塩、酒、マヨネーズ、にんじん/こまつな、緑豆もやし、にんじん、挽きわり納豆、しょうゆ、かつお節/いよかん/牛乳/⑩ロールパン、チーズ④食パン、卵、きび砂糖、牛乳	牛乳 ⑩チーズトースト ④フレンチトースト	507(398) 24.0(18.2) 12.9(10.0) 1.6(1.2)
25 金	あんかけ丼 味噌汁 れんこんサラダ 果物	米、発芽玄米、豚ひき肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、しめじ、はるさめ(緑豆)、ごま油、しょうゆ、きび砂糖、片栗粉/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、無添加麦みそ、かぶ、かぶ・葉、生揚げ/れんこん、ごぼう、にんじん、こまつな、マヨネーズ、しょうゆ、すりごま/りんご/牛乳、きび砂糖、いちご/じゃがいも、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、きび砂糖、牛乳	いちごミルク じゃがいもプレッツェル	505(402) 19.6(15.7) 19.8(15.8) 1.3(1.0)

○行事・食育

- 3日 節分
- 15日 幼児誕生日お祝いご飯
- 25日 いちごミルク

※都合により献立が変更になる場合があります。

