



2026年5月 浜寺太陽幼稚園メニュー（1号・2号）



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にかたをつくるもの	主にかたの調子を整えるもの	その他	
1	金	鶏肉ともやしの炒め物 キャベツのおかか和え ごはん 花麩と小松菜の味噌汁 フルーツ（バナナ）	油・砂糖 油・砂糖 米(国産) 花麩	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・太もやし・さやいんげん キャベツ・ピーマンミックス 小松菜 バナナ	醤油・本みりん・料理酒・鶏がらスープ 醤油・酢 だし	
7	木	照焼ミートボール 人参とカリフラワーのお浸し ごはん ほうれん草とうす揚げの味噌汁 フルーツ（黄桃）	油・砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 人参・カリフラワー ほうれん草 黄桃(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
8	金	ツナピラフ 野菜コロッケ ブロッコリーと人参のスープ フルーツ（みかん）	米(国産)・押麦・油 野菜コロッケ・油	ツナフレーク	コーン・玉ねぎ・ドライパセリ ブロッコリー・人参 みかん(缶詰)	コンソメ・塩 コンソメ	
11	月	チキンマヨグリル ひじき煮 ごはん キャベツと白菜のスープ フルーツ（黄桃）	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	ひじき・人参 白菜・キャベツ 黄桃(缶詰)	塩・コンソメ 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
12	火	おさつシチュー イタリアン風サラダ ロールパン フルーツ（りんご）	さつまいも・油 イタリアンドレッシング・砂糖 ロールパン	豚肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース 太もやし・赤ピーマン・ブロッコリー りんご	クリームシチューミックス	
13	水	ハンバーグ マカロニサラダ ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 赤みそ・白みそ	コーン・人参 わかめ・大根 みかん(缶詰)	トマトケチャップ 塩 だし	
14	木	塩ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・玉ねぎドレッシング	鶏肉 ギョーザ	人参・白菜・ほうれん草・にんにく バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん	
15	金	ハムカツ 小松菜ともやしのお浸し ごはん かぼちゃと玉ねぎの味噌汁 フルーツ（みかん）	油 米(国産)	ハムカツ 赤みそ・白みそ	小松菜・太もやし・人参 玉ねぎ・かぼちゃ みかん(缶詰)	中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし だし	
18	月	白身魚の旨煮 サイコロ高野の煮物 ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖 砂糖 米(国産) 花麩	黄金がれい 凍り豆腐	しょうが 人参・グリーンピース ほうれん草 黄桃(缶詰)	ウスターソース・醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん・塩	
19	火	焼き鳥丼 れんこんチップス 白菜と青ねぎの味噌汁 フルーツ（りんご）	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 油	鶏肉 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ・人参・のり れんこん 白菜・青ねぎ りんご	醤油・本みりん・塩 塩・コンソメ だし	
20	水	お弁当日					
21	木	かやくうどん 塩昆布ナムル フルーツ（バナナ）	うどん・つきこんにやく・でん粉 ごま油	平天	白菜・人参・干しいたけ・青ねぎ キャベツ・切干大根・ほうれん草・塩昆布 バナナ	だし・白だし	
22	金	カレーコロッケ ウインナーと野菜のサラダ ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	カレーコロッケ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ウインナー 豆腐・赤みそ・白みそ	小松菜・コーン・人参 わかめ オレンジ	醤油 だし	
25	月	豚肉と野菜の味噌炒め 蒸しシューマイ ごはん 白菜とブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油・砂糖 米(国産)	豚肉・赤みそ しゅうまい	キャベツ・玉ねぎ・人参・さやいんげん・しょうが・にんにく 白菜・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	醤油・本みりん コンソメ	
26	火	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 麦入り菜飯ごはん わかめともやしの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにやく・油・砂糖 米(国産)・押麦	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 菜めしの素 太もやし・わかめ オレンジ	塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし	
★	水	フライドチキン ポテトサラダ ピラフ ほうれん草と玉ねぎのスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが コーン・さやいんげん 人参 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	塩・鶏がらスープ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
28	木	わかめラーメン ちくわと野菜のサラダ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・砂糖	豚肉 ちくわ	キャベツ・太もやし・黄ピーマン・わかめ・青ねぎ・にんにく 人参・白菜 バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん 醤油・酢	
29	金	ミンチカレー 大根サラダ フルーツポンチ	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 オレンジゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・コーン パイン(缶詰)・みかん(缶詰)	カレールー 醤油・酢	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	353kcal	12.5g	8.2g	56mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

スプーンマークがある日はスプーンを持参して下さい。

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2026年5月 浜寺太陽幼稚園メニュー（3号）



※そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他	
1	金	鶏肉ともやしの炒め物 キャベツのおかか和え ごはん 花麩と小松菜の味噌汁 フルーツ（バナナ）	油・砂糖 油・砂糖 米(国産) 花麩	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・太もやし・さやいんげん キャベツ・ピーマンミックス 小松菜 バナナ	醤油・本みりん・料理酒・鶏からスープ 醤油・酢 だし	
7	木	照焼ミートボール 人参とカリフラワーのお浸し ごはん ほうれん草とうす揚げの味噌汁 フルーツ（黄桃）	油・砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 人参・カリフラワー ほうれん草 黄桃(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
8	金	ツナピラフ 野菜コロッケ ブロッコリーと人参のスープ フルーツ（みかん）	米(国産)・押麦・油 野菜コロッケ・油	ツナフレーク	コーン・玉ねぎ・ドライハゼリ ブロッコリー・人参 みかん(缶詰)	コンソメ・塩 コンソメ	
11	月	チキンマヨグリル ひじき煮 ごはん キャベツと白菜のスープ フルーツ（黄桃）	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	ひじき・人参 白菜・キャベツ 黄桃(缶詰)	塩・コンソメ 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
12	火	おさつシチュー イタリアン風サラダ ロールパン フルーツ（りんご）	さつまいも・油 イタリアンドレッシング・砂糖 ロールパン	豚肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース 太もやし・赤ピーマン・ブロッコリー りんご	クリームシチューミックス	
13	水	ハンバーグ マカロニサラダ ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 赤みそ・白みそ	コーン・人参 わかめ・大根 みかん(缶詰)	トマトケチャップ 塩 だし	
14	木	塩ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・玉ねぎドレッシング	鶏肉 ギョーザ	人参・白菜・ほうれん草・にんにく バナナ	醤油・鶏からスープ・塩・本みりん	
15	金	ハムカツ 小松菜ともやしのお浸し ごはん かぼちゃと玉ねぎの味噌汁 フルーツ（みかん）	油 米(国産)	ハムカツ 赤みそ・白みそ	小松菜・太もやし・人参 玉ねぎ・かぼちゃ みかん(缶詰)	中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし だし	
18	月	白身魚の旨煮 サイコロ高野の煮物 ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖 砂糖 米(国産) 花麩	黄金がれい 凍り豆腐	しょうが 人参・グリーンピース ほうれん草 黄桃(缶詰)	ウスターソース・醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん・塩	
19	火	焼き鳥丼 れんこんチップス 白菜と青ねぎの味噌汁 フルーツ（りんご）	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 油	鶏肉 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ・人参・のり れんこん 白菜・青ねぎ りんご	醤油・本みりん・塩 塩・コンソメ だし	
20	水	白身魚のおおさ焼 もやしと人参の梅風味和え ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	砂糖・油 砂糖 米(国産)	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	おおさのり 太もやし・人参・さやいんげん・練り梅 わかめ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
21	木	かやくうどん 塩昆布ナムル フルーツ（バナナ）	うどん・つきこんにやく・でん粉 ごま油	平天	白菜・人参・干しいたけ・青ねぎ キャベツ・切干大根・ほうれん草・塩昆布 バナナ	だし・白だし	
22	金	カレーコロッケ ウインナーと野菜のサラダ ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	カレーコロッケ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ウインナー 豆腐・赤みそ・白みそ	小松菜・コーン・人参 わかめ オレンジ	醤油 だし	
25	月	豚肉と野菜の味噌炒め 蒸しシューマイ ごはん 白菜とブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油・砂糖 米(国産)	豚肉・赤みそ しゅうまい	キャベツ・玉ねぎ・人参・さやいんげん・しょうが・にんにく 白菜・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	醤油・本みりん コンソメ	
26	火	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 麦入り菜飯ごはん わかめともやしの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにやく・油・砂糖 米(国産)・押麦	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 菜めしの素 太もやし・わかめ オレンジ	塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし	
★	水	フライドチキン ポテトサラダ ピラフ ほうれん草と玉ねぎのスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが コーン・さやいんげん 人参 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	塩・鶏からスープ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
28	木	わかめラーメン ちくわと野菜のサラダ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・砂糖	豚肉 ちくわ	キャベツ・太もやし・黄ピーマン・わかめ・青ねぎ・にんにく 人参・白菜 バナナ	醤油・鶏からスープ・塩・本みりん 醤油・酢	
29	金	ミンチカレー 大根サラダ フルーツポンチ	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 オレンジゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・コーン パイン(缶詰)・みかん(缶詰)	カレールウ 醤油・酢	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	381kcal	12.7g	9.6g	86mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

月＝マンナビスケット 火＝ソフトせんべい
 水＝マンナウエハース 木＝やわらかおかき(のり塩)
 金＝星たべよ 全種類 卵を含まないお菓子です

☆ 栄養価は、午前おやつ・昼食を合わせた表記となっております。



2026年5月 浜寺太陽幼稚園メニュー（1号）おひさま組



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	その他	
1	金	鶏肉ともやしの炒め物 キャベツのおかか和え ごはん 花麩と小松菜の味噌汁 フルーツ（バナナ）	油・砂糖 油・砂糖 米(国産) 花麩	鶏肉 かつお節  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・太もやし・さやいんげん キャベツ・ピーマンミックス 小松菜 バナナ	醤油・本みりん・料理酒・鶏からスープ 醤油・酢 だし	
7	木	照焼ミートボール 人参とカリフラワーのお浸し ごはん ほうれん草とうす揚げの味噌汁 フルーツ（黄桃）	油・砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 人参・カリフラワー ほうれん草 黄桃(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
8	金	ツナピラフ 野菜コロッケ ブロッコリーと人参のスープ フルーツ（みかん）	米(国産)・押麦・油 野菜コロッケ・油	ツナフレーク	コーン・玉ねぎ・ドライパセリ ブロッコリー・人参 みかん(缶詰)	コンソメ・塩 コンソメ 	
11	月	チキンマヨグリル ひじき煮 ごはん キャベツと白菜のスープ フルーツ（黄桃）	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	ひじき・人参 白菜・キャベツ 黄桃(缶詰)	塩・コンソメ 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
12	火	おさつシチュー イタリアン風サラダ ロールパン フルーツ（りんご）	さつまいも・油 イタリアンドレッシング・砂糖 ロールパン	豚肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース 太もやし・赤ピーマン・ブロッコリー りんご	クリームシチューミックス	
13	水	ハンバーグ マカロニサラダ ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 赤みそ・白みそ	コーン・人参 わかめ・大根 みかん(缶詰)	トマトケチャップ 塩 だし	
14	木	塩ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・玉ねぎドレッシング 	鶏肉 ギョーザ	人参・白菜・ほうれん草・にんにく バナナ	醤油・鶏からスープ・塩・本みりん	
15	金	ハムカツ 小松菜ともやしのお浸し ごはん かぼちゃと玉ねぎの味噌汁 フルーツ（みかん）	油 米(国産)	ハムカツ 赤みそ・白みそ 	小松菜・太もやし・人参 玉ねぎ・かぼちゃ みかん(缶詰)	中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし だし	
18	月	白身魚の旨煮 サイコロ高野の煮物 ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖 砂糖 米(国産) 花麩	黄金がれい 凍り豆腐	しょうが 人参・グリーンピース ほうれん草 黄桃(缶詰)	ウスターソース・醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん・塩	
19	火	焼き鳥丼 れんこんチップス 白菜と青ねぎの味噌汁 フルーツ（りんご）	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 油	鶏肉 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ・人参・のり れんこん 白菜・青ねぎ りんご	醤油・本みりん・塩 塩・コンソメ だし 	
20	水	白身魚のおおさ焼 もやしと人参の梅風味和え ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	砂糖・油 砂糖 米(国産)	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	おおさのり 太もやし・人参・さやいんげん・練り梅 わかめ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
21	木	かやくうどん 塩昆布ナムル フルーツ（バナナ）	うどん・つきこんにゃく・でん粉 ごま油	平天 	白菜・人参・干しいたけ・青ねぎ キャベツ・切干大根・ほうれん草・塩昆布 バナナ	だし・白だし	
22	金	カレーコロッケ ウインナーと野菜のサラダ ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	カレーコロッケ・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ウインナー 豆腐・赤みそ・白みそ	小松菜・コーン・人参 わかめ オレンジ	醤油 だし	
25	月	豚肉と野菜の味噌炒め 蒸しシューマイ ごはん 白菜とブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油・砂糖 米(国産)	豚肉・赤みそ しゅうまい	キャベツ・玉ねぎ・人参・さやいんげん・しょうが・にんにく 白菜・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	醤油・本みりん コンソメ 	
26	火	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 麦入り菜飯ごはん わかめともやしの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)・押麦	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 菜めしの素 太もやし・わかめ オレンジ 	塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし	
★ 27	水	フライドチキン ポテトサラダ ピラフ ほうれん草と玉ねぎのスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが コーン・さやいんげん 人参 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	塩・鶏からスープ 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
28	木	わかめラーメン ちくわと野菜のサラダ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・砂糖	豚肉 ちくわ	キャベツ・太もやし・黄ピーマン・わかめ・青ねぎ・にんにく 人参・白菜 バナナ	醤油・鶏からスープ・塩・本みりん 醤油・酢	
29	金	ミンチカレー 大根サラダ フルーツポンチ	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 オレンジゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉 	玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・コーン パイン(缶詰)・みかん(缶詰)	カレールウ 醤油・酢	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	353kcal	12.5g	8.2g	56mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。

2026年5月 浜寺太陽幼稚園 午後おやつメニュー（3号・完了期）

※そば・落花生の入った食材は使用していません。

日付	曜日	献立	材料
1	金	ブルーベリージャムサンド 牛乳	食パン ブルーベリージャム 牛乳
7	木	きな粉マフィン 牛乳	ホットケーキミックス・きな粉・砂糖 油・豆乳 牛乳
8	金	ふんわりにんじんクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・人参 牛乳
11	月	ぶどうフルーツゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 みかん(缶詰) 牛乳
12	火	菜飯おにぎり 牛乳	米(国産) 菜めしの素 牛乳
13	水	黒糖パンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・黒砂糖・砂糖 豆腐・豆乳・油 牛乳
14	木	ツナ味噌おにぎり 牛乳	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖 牛乳
15	金	さつま芋団子みたらしあん 牛乳	さつま芋・砂糖 醤油・でん粉 牛乳
18	月	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・ミックスチーズ 牛乳
19	火	カルシウムトースト 牛乳	食パン・ちりめんじゃこ・玉ねぎ マヨネーズタイプ(卵不使用)・塩・ドライパセリ 牛乳
20	水	アップルフルーツゼリー 牛乳	青りんごゼリーの素 黄桃(缶詰) 牛乳
21	木	おかかおにぎり 牛乳	米(国産)・かつお節 醤油 牛乳
22	金	アップルパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・豆腐 りんごジュース・油 牛乳
25	月	みかん入りカルピスゼリー 牛乳	みかん(缶詰)・寒天 カルピス 牛乳
26	火	スイートポテト 牛乳	さつま芋・マーガリン 砂糖・油 牛乳
27	水	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
28	木	じゃこおにぎり 牛乳	米(国産)・ちりめんじゃこ 醤油 牛乳
29	金	豆乳蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油 牛乳
栄養価平均値			エネルギー170Kcal たんぱく質4.6g 脂質5.2g カルシウム96mg

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

※午後おやつには全日、無調整牛乳70ccを飲みます。



2026年5月 浜寺太陽幼稚園メニュー（完了期）



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他	
1	金	鶏肉ともやしの炒め物 キャベツのおかか和え ごはん 花麩と小松菜の味噌汁 フルーツ（バナナ）	油・砂糖 油・砂糖 米(国産) 花麩	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・太もやし・さやいんげん キャベツ・ピーマンミックス 小松菜 バナナ	醤油・本みりん・料理酒・鶏からスープ 醤油・酢 だし	
7	木	照焼ミートボール 人参とカリフラワーのお浸し ごはん ほうれん草とうす揚げの味噌汁 フルーツ（黄桃）	油・砂糖・でん粉 米(国産)	肉団子 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが 人参・カリフラワー ほうれん草 黄桃(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
8	金	ツナピラフ 焼じゃが ブロッコリーと人参のスープ フルーツ（みかん）	米(国産)・押麦・油 じゃが芋・油	ツナフレーク	コーン・玉ねぎ・ドライハゼリ ブロッコリー・人参 みかん(缶詰)	コンソメ・塩 塩 コンソメ	
11	月	チキンマヨグリル ひじき煮 ごはん キャベツと白菜のスープ フルーツ（黄桃）	油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	ひじき・人参 白菜・キャベツ 黄桃(缶詰)	塩・コンソメ 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
12	火	おさつシチュー イタリアン風サラダ ロールパン フルーツ（りんご）	さつまいも・油 イタリアンドレッシング・砂糖 ロールパン	豚肉・牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース 太もやし・赤ピーマン・ブロッコリー りんご	クリームシチューミックス	
13	水	ハンバーグ マカロニサラダ ごはん わかめと大根の味噌汁 フルーツ（みかん）	砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	ハンバーグ 赤みそ・白みそ	コーン・人参 わかめ・大根 みかん(缶詰)	トマトケチャップ 塩 だし	
14	木	塩ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・玉ねぎドレッシング	鶏肉 ギョーザ	人参・白菜・ほうれん草・にんにく バナナ	醤油・鶏からスープ・塩・本みりん	
15	金	照焼ハンバーグ 小松菜ともやしのお浸し ごはん かぼちゃと玉ねぎの味噌汁 フルーツ（みかん）	油・砂糖・でん粉 米(国産)	ハンバーグ 赤みそ・白みそ	小松菜・太もやし・人参 玉ねぎ・かぼちゃ みかん(缶詰)	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし	
18	月	白身魚の旨煮 サイコロ高野の煮物 ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖 砂糖 米(国産) 花麩	黄金がれい 凍り豆腐	しょうが 人参・グリーンピース ほうれん草 黄桃(缶詰)	ウスターソース・醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし・醤油・本みりん・塩	
19	火	焼き鳥丼 蒸さつまいも 白菜と青ねぎの味噌汁 フルーツ（りんご）	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 さつまいも	鶏肉 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ・人参・のり 白菜・青ねぎ りんご	醤油・本みりん・塩 だし	
20	水	白身魚のおおさ焼 もやしと人参の梅風味和え ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	砂糖・油 砂糖 米(国産)	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	おおさのり 太もやし・人参・さやいんげん・練り梅 わかめ オレンジ	醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし だし	
21	木	かやくうどん 塩昆布ナムル フルーツ（バナナ）	うどん・つきこんにやく・でん粉 ごま油	平天	白菜・人参・干しいたけ・青ねぎ キャベツ・切干大根・ほうれん草・塩昆布 バナナ	だし・白だし	
22	金	肉団子のケチャップ煮 ウインナーと野菜のサラダ ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	肉団子 ウインナー 豆腐・赤みそ・白みそ	小松菜・コーン・人参 わかめ オレンジ	トマトケチャップ・醤油・ウスターソース 醤油 だし	
25	月	豚肉と野菜の味噌炒め 蒸しシューマイ ごはん 白菜とブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油・砂糖 米(国産)	豚肉・赤みそ しゅうまい	キャベツ・玉ねぎ・人参・さやいんげん・しょうが・にんにく 白菜・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	醤油・本みりん コンソメ	
26	火	アジの塩こうじ焼 切干大根の煮物 麦入り菜飯ごはん わかめともやしの味噌汁 フルーツ（オレンジ）	油 つきこんにやく・油・砂糖 米(国産)・押麦	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 菜めしの素 太もやし・わかめ オレンジ	塩こうじ 和風だし・醤油・料理酒 だし	
★	水	鶏肉の照焼 ポテトサラダ ピラフ ほうれん草と玉ねぎのスープ プリンアラモード	油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	コーン・さやいんげん 人参 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	醤油・本みりん 塩 コンソメ・塩 コンソメ	
28	木	わかめラーメン ちくわと野菜のサラダ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油・砂糖	豚肉 ちくわ	キャベツ・太もやし・黄ピーマン・わかめ・青ねぎ・にんにく 人参・白菜 バナナ	醤油・鶏からスープ・塩・本みりん 醤油・酢	
29	金	ミンチカレー 大根サラダ フルーツポンチ	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 砂糖・ごま油 オレンジゼリーの素・砂糖	鶏ひき肉	玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根・コーン パイン(缶詰)・みかん(缶詰)	カレールーウ 醤油・酢	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	369kcal	12.8g	8.8g	90mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

月＝マンナビスケット 火＝ソフトせんべい
水＝マンナウエハース 木＝やわらかおかき(のり塩)
金＝星たべよ 全種類 卵を含まないお菓子です

☆ 栄養価は、午前おやつ・昼食を合わせた表記となっております。