

2023年2月1日(水)～2023年2月28日(火)

日曜日	曜日	料理名	ざいりょう		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	
1	水	① 米飯 ② みそ汁(さつま芋・長ねぎ) ③ 肉豆腐 ④ いんげんの和え物 ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐, 豚肉	長ねぎ, 玉ねぎ, 人参 シラタキ, いんげん ちんげん菜, キャベツ, 人参 季節のフルーツ	穀類・油類・砂糖類・いも類 米, さつま芋, サラダ油 上白糖, 胡麻油, ごま
		① 干し芋(朝おやつ) ② オレンジゼリー/手作り ⑥牛乳	乳IL	リンゴジュース, みかん缶	干しいも 上白糖
		① キーマカレー ② スープ(もやし・万能ねぎ) ③ りんごサラダ ④ フルーツ(季節)	豚肉	玉ねぎ, 人参, ピーマン トマトピューレ, もやし 万能ねぎ, きゅうり キャベツ, コーン, りんご 季節のフルーツ	じゃが芋, サラダ油, 米 サラダ油, 上白糖
2	木	⑥ 牛乳	牛乳		
		① チーズトースト⑥牛乳 ② ケチャップごはん ③ 鶏の照り焼き ④ コールスロー ⑤ フルーツ(季節)	アレルギーベーコン, チーズ, 牛乳IL アレルギーベーコン 豚肉, 大豆, 鶏肉	玉ねぎ 玉ねぎ, 大根, 人参, 長ねぎ, のり 万能ねぎ, キャベツ, 人参 玉ねぎ, コーン 季節のフルーツ	食パン 米, 油, サラダ油, 上白糖 油
		① ベビースティック(朝おやつ) ② 恵方巻き細巻き⑥ほうじ茶 ③ みそけんちんうどん ④ じゃが芋炒め ⑤ フルーツ(季節)	鮭 豚肉, 絹豆腐, 油揚げ アレルギーベーコン	きゅうり, のり ごぼう, 大根, 人参 万能ねぎ, 玉ねぎ, 人参 季節のフルーツ	ベビーステック 米, 上白糖 うどん, じゃが芋, サラダ油
3	金	⑥ 牛乳	牛乳		
		① ケチャップごはん⑥牛乳 ② 具だくさんみそ汁 ③ 鮭フライ ④ 粉ふき芋 ⑤ フルーツ(季節)	ツナ, 牛乳IL 鮭	人参, ピーマン, コーン キャベツ, 玉ねぎ, しめじ 季節のフルーツ	米, サラダ油 米, さつま芋 小麦粉, パン粉, サラダ油 上白糖, じゃが芋
		① 星バフ(朝おやつ) ② ビスコ(非常食)⑥牛乳 ③ 中華丼 ④ 清汁(春雨・みつば) ⑤ キャベツの梅おかか和え ⑥ フルーツ(季節)	牛乳IL 豚肉, かつお節	白菜, 玉ねぎ, 人参 干し椎茸, ピーマン 糸みつば, キャベツ, 人参 きゅうり, 練り梅 季節のフルーツ	星バフ ビスコ 米, 片栗粉, サラダ油 胡麻油, はるさめ, 上白糖
4	土	⑥ 牛乳	牛乳		
		① ケチャップごはん⑥牛乳 ② 具だくさんみそ汁 ③ 鮭フライ ④ 粉ふき芋 ⑤ フルーツ(季節)	ツナ, 牛乳IL 鮭	人参, ピーマン, コーン キャベツ, 玉ねぎ, しめじ 季節のフルーツ	米, サラダ油 米, さつま芋 小麦粉, パン粉, サラダ油 上白糖, じゃが芋
		① 星バフ(朝おやつ) ② ビスコ(非常食)⑥牛乳 ③ 中華丼 ④ 清汁(春雨・みつば) ⑤ キャベツの梅おかか和え ⑥ フルーツ(季節)	牛乳IL 豚肉, かつお節	白菜, 玉ねぎ, 人参 干し椎茸, ピーマン 糸みつば, キャベツ, 人参 きゅうり, 練り梅 季節のフルーツ	星バフ ビスコ 米, 片栗粉, サラダ油 胡麻油, はるさめ, 上白糖
6	月	⑥ 牛乳	牛乳		
		① 米飯 ② みそ汁(玉ねぎ・しめじ) ③ カレイの幽庵焼き ④ もやしとワカメの和え物 ⑤ フルーツ(季節)	きな粉, 牛乳IL 油揚げ, カレイ	小松菜, 玉ねぎ, しめじ ゆず, もやし, 人参, コーン わかめ, 季節のフルーツ	ミレービスケット ロールパン, サラダ油, 上白糖 米, 上白糖 サラダ油, 胡麻油, 上白糖
		① 干し芋(朝おやつ) ② 洋風スイートポテト⑥牛乳 ③ 米飯 ④ みそ汁(油揚げ・わかめ) ⑤ 唐揚げレモンソース ⑥ フロッコリーとコーンサラダ ⑦ フルーツ(季節)	生クリーム, 牛乳IL 油揚げ, 鶏肉	レーズン わかめ, しょうが, にんにく レモン, プロッコリー キャベツ, 人参, コーン 季節のフルーツ	干しいも さつま芋, パター, 上白糖 米, 片栗粉, サラダ油 上白糖, サラダ油
7	火	⑥ 牛乳	牛乳IL		
		① ココアクッキー⑥牛乳 ② クロワッサン ③ ポトフ ④ ほうれん草グラタン ⑤ トマト ⑥ フルーツ(季節)	牛乳IL 鶏肉, ホワイトソース チーズ アレ ウィンナー	ココア 玉ねぎ, 人参, かぶ ほうれん草, 玉ねぎ, トマト 季節のフルーツ	小麦粉, パター, 上白糖 クロワッサン, じゃが芋 シエルマカロニ, サラダ油
		① ベビースティック(朝おやつ) ② 五目ごはん(非常食)⑥牛乳 ③ 米飯 ④ 清汁(大根・わかめ) ⑤ さわらの味噌焼き ⑥ ほうれん草のお浸し ⑦ フルーツ(季節)	牛乳IL 味噌, かつお節 さわら	大根, わかめ, 長ねぎ ほうれん草, 白菜, 人参 季節のフルーツ	ベビーステック 五目ご飯(災害救助用アルファ米) 米, 上白糖
8	水	⑥ 牛乳	牛乳IL		
		① ツナピラフ(献飯) ② スープ(ほうれん草・しいたけ) ③ ハンバーグ ④ ポテトサラダ ⑤ フロッコリー ⑥ フルーツ(季節)	ツナフレック水煮 豚ひき肉, 豆乳	人参, 玉ねぎ, ピーマン ほうれん草, しいたけ 玉ねぎ, トマト缶, きゅうり 人参, コーン, プロッコリー 季節のフルーツ	米, パター, パン粉 サラダ油, 上白糖, じゃが芋 上白糖, エッグケア
		① 星バフ(朝おやつ) ② にんじんクッキー⑥牛乳 (お楽しみ献立)	牛乳IL	人参	星バフ 小麦粉, マーガリン, 上白糖
9	木	⑥ 牛乳	牛乳IL		
		① ヨーグルト(朝) ② ココアキ⑥牛乳 ③ スパゲティミートソース ④ スープ(じゃべつ・えのき) ⑤ じゃが芋のコーンマヨ焼き ⑥ フルーツ(季節)	ヨーグルト 卵, ホイップクリーム, 牛乳IL 豚肉, アレルギーベーコン	ココア, いちご(生) 玉ねぎ, 人参, ピーマン トマトピューレ, キャベツ, えのき 玉ねぎ, コーン 季節のフルーツ	小麦粉, 上白糖, パター, 粉糖 スパゲティ, サラダ油 サラダ油, 上白糖, じゃが芋 サラダ油, エッグケア
		① 干し芋(朝おやつ) ② 豚にらチャーハン⑥牛乳	豚肉, 牛乳IL	人参, 玉ねぎ, にはら	干しいも 米, 胡麻油

〈給食予定献立表(三色食品群)〉

城山保育園上石原
乳幼児

令和5年2月 献立表

2023年2月1日(水)～2023年2月28日(火)

日曜日	曜日	料理名	ざ い り よ う		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・カや体温となるもの
16	木	① ゆかりごはん ② 清汁(わかめ・みつば) ③ 鶏の照り焼き ④ お豆サラダ ⑤ フルーツ(季節)	鶏肉、大豆、ツナ	ゆかり、わかめ、糸みつば きゅうり、人参 季節のフルーツ	穀類・油類類・砂糖類・いも類 米、サラダ油、エッグケア 上白糖
	10 3	⑥ 牛乳 ① サブレ⑥牛乳 ① キーマカレー ② スープ(もやし・万能ねぎ) ④ りんごサラダ ⑤ フルーツ(季節)	牛乳1L 卵、バルメザンチーズ、牛乳1L 豚肉	玉ねぎ、人参、ピーマン トマトピューレ、もやし 万能ねぎ、きゅうり キャベツ、コーン、りんご 季節のフルーツ	小麦粉、上白糖、バター じゃが芋、サラダ油、米 サラダ油、上白糖
17	金	① ベビースティック(朝おやつ) ① チーズトースト⑥牛乳 ① みそけんちんうどん ③ じゃが芋炒め ⑤ フルーツ(季節)	アレルギーベーコン、チーズ、牛乳1L 豚肉、絹豆腐、油揚げ アレルギーベーコン	玉ねぎ ごぼう、大根、人参 万能ねぎ、玉ねぎ、人参 季節のフルーツ	ベビースティック 食パン うどん、じゃが芋、サラダ油
	10 3	⑥ 牛乳 ① ケチャップごはん⑥牛乳 ① 米飯 ② 真だくさんみそ汁 ③ 鮭フライ ④ 粉ふき芋 ⑤ フルーツ(季節)	牛乳1L ツナ、牛乳1L 鮭	人参、ピーマン、コーン キャベツ、玉ねぎ、しめじ 季節のフルーツ	米、サラダ油 米、さつまい芋 小麦粉、パン粉、サラダ油 上白糖、じゃが芋
20	月	① 星バフ(朝おやつ) ① ビスコ(非常食)⑥牛乳 ① 中華丼 ② 清汁(春雨・みつば) ④ キャベツの梅おかか和え ⑤ フルーツ(季節)	牛乳1L 豚肉、なると巻、かつお節	白菜、玉ねぎ、人参 干し椎茸、ピーマン 糸みつば、キャベツ、人参 きゅうり、練り梅 季節のフルーツ	星バフ ビスコ 米、片栗粉、サラダ油 胡麻油、はるさめ、上白糖
	10 3	① ミレービスケット(朝おやつ) ① ・きなこ揚げパン ⑥牛乳 ① 米飯 ② みそ汁(油揚げ・わかめ) ③ 唐揚げレモンソース ④ フロッキーとコーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	きな粉、牛乳1L 油揚げ、味噌、味噌、鶏肉	わかめ、しょうが、にんにく レモン、フロッキー キャベツ、人参、コーン 季節のフルーツ	ミレービスケット ロールパン、サラダ油、上白糖 米、片栗粉、サラダ油 上白糖、上白糖、サラダ油
21	火	① 干し芋(朝おやつ) ① ココアクッキー⑥牛乳 ① クロワッサン ② ポトフ ③ ほうれん草グラタン ④ トマト ⑤ フルーツ(季節)	牛乳1L 鶏肉、ホワイトソース チーズ アレ ウィナー	玉ねぎ、人参、かぶ ほうれん草、玉ねぎ、トマト 季節のフルーツ	干しいも 小麦粉、バター、上白糖 クロワッサン、じゃが芋 シエルマカロニ、サラダ油
	10 3	① ベビースティック(朝おやつ) ① 五目ごはん(非常食)⑥牛乳 ① しょうゆラーメン ③ さつまい芋レーズン ⑤ フルーツ(季節)	牛乳1L 豚肉	キャベツ、もやし、人参 長ねぎ、レーズン 季節のフルーツ	ベビースティック 五目ご飯(災害救助用アルファ米 中華麺、胡麻油、さつまい芋 上白糖
22	水	⑥ 牛乳 ① 豚にらチャーハン⑥牛乳 ① 米飯 ② 清汁(大根・わかめ) ③ さわらの味噌焼き ④ ほうれん草のお浸し ⑤ フルーツ(季節)	牛乳1L 豚肉、牛乳1L 味噌、かつお節 さわら	人参、玉ねぎ、にら 大根、わかめ、長ねぎ ほうれん草、白菜、人参 季節のフルーツ	米、胡麻油 米、上白糖
	10 3	① 星バフ(朝おやつ) ① にんじんクッキー⑥牛乳 ① ツナひじきごはん ② みそ汁(きゃべつ・万能ねぎ) ④ 厚揚げの旨煮 ⑤ フルーツ(季節)	牛乳1L ツナ、厚揚げ、豚肉	人参 人参、キャベツ、万能ねぎ 人参、大根、しめじ、玉ねぎ 季節のフルーツ	星バフ 小麦粉、マーガリン、上白糖 米、サラダ油、上白糖
24	金	① ミレービスケット(朝おやつ) ① あんまーガリンサンド⑥牛乳	こしあん、牛乳1L		ミレービスケット 食パン、ソフトタイプマーガリン
	10 3				

献立種類	乳児			幼児		
	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
栄養素	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
平均栄養価	529 kcal	18.1 g	18.1 g	594 kcal	20.9 g	20.0 g

〈給食予定献立表(三色食品群)〉

城山保育園上石原

乳幼児

令和5年2月 軽食・夕食献立表

2023年2月1日(水)～2023年2月28日(火)

日曜日	料理名	ざいりょう		
		魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・魚類・くだもの類	穀類・油類・砂糖類・いも類
1 水	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ 豚肉の生姜焼き ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	豚肉, かつお節	玉ねぎ, もやし, 人参 玉ねぎ, しょうが, キャベツ 人参, きゅうり, コーン 季節のフルーツ	米, じゃが芋, 上白糖 サラダ油, サラダ油, 上白糖
	軽食 ① わかめおにぎり	わかめご飯の素		米
2 木	① 菜めしごはん ② 清汁(豆腐・長ねぎ) ③ 鯖の味噌煮 ④ キャベツソテー ⑤ フルーツ(季節)	納豆腐, 鯖	菜めし, 長ねぎ, しょうが キャベツ, 人参, 玉ねぎ 季節のフルーツ	米, 上白糖, 胡麻油
	軽食 ① 菜飯おにぎり			米
3 金	① 焼きビーフン ② 清汁(わかめ・いんげん) ③ さつま芋の甘煮 ④ フルーツ(季節)	豚肉, かつお節	菜めし 人参, 白菜, 長ねぎ, わかめ いんげん, 季節のフルーツ	ビーフン, サラダ油 さつま芋, 上白糖
	軽食 ① 焼きビーフン	豚肉, かつお節	人参, 白菜, 長ねぎ	ビーフン, サラダ油
4 土	① 米飯 ② みそ汁(さつま芋・玉ねぎ) ③ カレイの照り焼き ④ ほうれん草のお浸し ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌 魚番 カラスかれい	玉ねぎ, ほうれん草, 人参 季節のフルーツ	米, さつま芋, サラダ油
	軽食 ① 仲かりおにぎり			米
6 月	① 米飯 ② 清汁(かぶ・わかめ) ③ カレー肉じゃが ④ れんこんサラダ ⑤ フルーツ(季節)	豚肉	仲かり かぶ, わかめ, 玉ねぎ, 人参 いんげん, れんこん, 人参 きゅうり, 季節のフルーツ	米, じゃが芋, サラダ油 上白糖, エッグケア
	軽食 ① しらすおにぎり	しらす干し, かつお節		米
7 火	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・万能ねぎ) ③ さわらの煮つけ ④ 青菜とコーンのソテー ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌, さわら	万能ねぎ, しょうが ちんげん菜, キャベツ, 人参 コーン, 季節のフルーツ	米, じゃが芋, 上白糖 サラダ油
	軽食 ① ポテトフライ			ポテト, サラダ油
8 水	① そぼろ丼 ② 清汁(わかめ・みつば) ③ チンゲン菜の炒め物 ④ フルーツ(季節)	鶏ひき肉	玉ねぎ, いんげん, わかめ 糸みつば, ちんげん菜, 人参 キャベツ, 季節のフルーツ	米, 上白糖, サラダ油
	軽食 ① 菜飯おにぎり	味噌, 味噌, ツナ	菜めし	米
9 木	① 米飯 ② みそ汁(南瓜・玉ねぎ) ③ ツナとブロッコリー炒め ④ フライドポテト ⑤ フルーツ(季節)		かぼちゃ, 玉ねぎ ブロッコリー, もやし 季節のフルーツ	米, 胡麻油, フライドポテト サラダ油
	軽食 ① しらすおにぎり	しらす干し, かつお節		米
10 金	① 米飯 ② みそ汁(豆腐・わかめ) ③ 鶏肉とキャベツの炒め ④ あげほのポテト ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐, 味噌, 味噌, 鶏肉	わかめ, 玉ねぎ, 人参 キャベツ, 季節のフルーツ	米, サラダ油, 上白糖 じゃが芋
	軽食 ① フライドポテト			ポテト, サラダ油
13 月	① 米飯 ② みそ汁(キャベツ・人参) ③ 鶏のみそ焼き ④ 大根のゆかり和え ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌, 鶏肉, 味噌	キャベツ, 人参, 大根, 人参 きゅうり, ゆかり 季節のフルーツ	米, 上白糖
	軽食 ① 仲かりおにぎり		仲かり	米
14 火	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・あさつき) ③ さわらの煮つけ ④ 青菜とコーンのソテー ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌, さわら	万能ねぎ, しょうが ちんげん菜, キャベツ, 人参 コーン, 季節のフルーツ	米, じゃが芋, 上白糖 サラダ油
	軽食 ① わかめおにぎり	わかめご飯の素		米
15 水	① 米飯 ② 清汁(人参・もやし) ③ 厚揚げのケチャップ炒め ④ かぶのサラダ ⑤ フルーツ(季節)	厚揚げ	人参, もやし, 玉ねぎ ピーマン, 人参, かぶ きゅうり, 季節のフルーツ	米, 油, 上白糖, 上白糖 サラダ油
	軽食 ① 菜飯おにぎり		菜めし	米

〈給食予定献立表(二巴食品群)〉

城山保育園上石原
乳幼児

令和5年2月 軽食・夕食献立表

2023年2月1日(水)～2023年2月28日(火)

日曜日	曜日	料理名	ざいりょう		
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類
16	木	① 焼きビーフン ② 清汁(わかめ・いんげん) ④ さつま芋の甘露煮 ⑤ フルーツ(季節)	豚肉, かつお節	人参, 白菜, 長ねぎ, わかめ いんげん, 季節のフルーツ	人参, 白菜, 長ねぎ, わかめ いんげん, 季節のフルーツ
	軽食	① 焼きビーフン ① 米飯 ② 清汁(豆腐・長ねぎ) ③ 鯖の味噌煮 ④ キャベツソテー ⑤ フルーツ(季節)	豚肉, かつお節 絹豆腐, 魚香 鯖, 味噌	人参, 白菜, 長ねぎ 長ねぎ, しょうが, キャベツ 人参, 玉ねぎ 季節のフルーツ	ビーフン, サラダ油 米, 上白糖, 胡麻油
17	金	① 米飯 ② みそ汁(さつま芋・玉ねぎ) ③ カレイの照り焼き ④ ほうれん草のお浸し ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌 かれい	玉ねぎ, ほうれん草, 人参 季節のフルーツ	米, さつま芋, サラダ油
	軽食	① しらすおにぎり ① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ 豚肉の生姜焼き ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	しらす干し, かつお節 豚肉	ゆかり かぶ, わかめ, 玉ねぎ, 人参 いんげん, れんこん, 人参 きゅうり, 季節のフルーツ	米 米, じゃが芋, サラダ油 上白糖, エッグケア
20	土	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ カレイの照り焼き ④ ほうれん草のお浸し ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌 かれい	玉ねぎ, ほうれん草, 人参 季節のフルーツ	米, さつま芋, サラダ油
	軽食	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ 豚肉の生姜焼き ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	しらす干し, かつお節 豚肉	ゆかり かぶ, わかめ, 玉ねぎ, 人参 いんげん, れんこん, 人参 きゅうり, 季節のフルーツ	米 米, じゃが芋, サラダ油 上白糖, エッグケア
21	月	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ 豚肉の生姜焼き ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌 かれい	玉ねぎ, ほうれん草, 人参 季節のフルーツ	米, さつま芋, サラダ油
	軽食	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ 豚肉の生姜焼き ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	しらす干し, かつお節 豚肉	ゆかり かぶ, わかめ, 玉ねぎ, 人参 いんげん, れんこん, 人参 きゅうり, 季節のフルーツ	米 米, じゃが芋, サラダ油 上白糖, エッグケア
22	火	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ 豚肉の生姜焼き ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌 かれい	玉ねぎ, ほうれん草, 人参 季節のフルーツ	米, さつま芋, サラダ油
	軽食	① 米飯 ② みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③ 豚肉の生姜焼き ④ コーンサラダ ⑤ フルーツ(季節)	しらす干し, かつお節 豚肉	ゆかり かぶ, わかめ, 玉ねぎ, 人参 いんげん, れんこん, 人参 きゅうり, 季節のフルーツ	米 米, じゃが芋, サラダ油 上白糖, エッグケア
23	水	① 米飯 ② みそ汁(豆腐・わかめ) ③ 鶏肉とキャベツの炒め ④ あけぼのポテト ⑤ フルーツ(季節)	絹豆腐, 鶏肉	わかめ, 玉ねぎ, 人参 キャベツ, 季節のフルーツ	フライドポテト, サラダ油 米, サラダ油, 上白糖 じゃが芋
	軽食	① 米飯 ② みそ汁(じゃがいも・長葱) ③ 鮭の照り焼き ④ 白菜の和え物 ⑤ フルーツ(季節)	味噌, 味噌, 魚香 鮭	ゆかり 長ねぎ, 白菜, 人参, のり 季節のフルーツ	米 米, じゃが芋, 片栗粉 サラダ油
24	木	① 米飯 ② みそ汁(南芜・玉ねぎ) ③ ツナとプロッコリー炒め ④ フライドポテト ⑤ フルーツ(季節)	ツナ	菜めし かぼちゃ, 玉ねぎ プロッコリー, もやし 季節のフルーツ	米 米, 胡麻油, フライドポテト サラダ油
	軽食	① 米飯 ② みそ汁(キャベツ・人参) ③ 鶏のみそ焼き ④ 大根のゆかり和え ⑤ フルーツ(季節)	鶏肉	キャベツ, 人参, 大根, 人参 きゅうり, ゆかり 季節のフルーツ	フライドポテト, サラダ油 米, 上白糖
27	月	① 米飯 ② みそ汁(キャベツ・人参) ③ 鶏のみそ焼き ④ 大根のゆかり和え ⑤ フルーツ(季節)	鶏肉	キャベツ, 人参, 大根, 人参 きゅうり, ゆかり 季節のフルーツ	フライドポテト, サラダ油 米, 上白糖
	軽食	① わかめおにぎり ① 米飯 ② みそ汁(豆腐・みつば) ③ 鯖の生姜焼き ④ キャベツの青海苔ソテー ⑤ フルーツ(季節)	わかめご飯の素 絹豆腐 鯖, あおさ	糸みつば, しょうが キャベツ, 人参, 玉ねぎ 季節のフルーツ	米 米, サラダ油
28	火	① わかめおにぎり ① 米飯 ② みそ汁(豆腐・みつば) ③ 鯖の生姜焼き ④ キャベツの青海苔ソテー ⑤ フルーツ(季節)	わかめご飯の素 絹豆腐 鯖, あおさ	糸みつば, しょうが キャベツ, 人参, 玉ねぎ 季節のフルーツ	米 米, サラダ油
	軽食	① 米飯 ② みそ汁(キャベツ・人参) ③ 鶏のみそ焼き ④ 大根のゆかり和え ⑤ フルーツ(季節)	鶏肉	キャベツ, 人参, 大根, 人参 きゅうり, ゆかり 季節のフルーツ	フライドポテト, サラダ油 米, 上白糖

献立種類	上石原 乳児			上石原 幼児		
	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質	エネルギーkcal	たんぱく質	脂質
平均栄養価	371 kcal	11.4 g	8.1 g	452 kcal	14.1 g	9.5 g