

令和6年

※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)



さざなみ保育園 栄養士 照屋恵美

日	116年		次十削あやり(1~2	蔵児) 午後おやつ(1~5歳児)			
	頭口	果物	昼 食	l a	らもな食材(食		
\vdash	惟口	緑	旦 艮	赤(血や肉になるもの)			
	ıT	バナナ	オムライス	鶏肉 卵	白米		
				731 0 01	口不		
			オクラの和え物	ツナ缶			
1	月		大根のみそ汁	油揚げ			
'	H						
		午後	プリン	プリン			
				7 ,7			
		おやつ	クラッカー		クラッカー		
\vdash							
		りんご	ご飯		白米		
			魚の西京焼き	占白			
		午後おやつスイカ	思の四牙焼き	白身魚			
	_		クーブイリチー	豚肉 昆布 かまぼこ	こんにゃく		
2	火				27012-101		
1 - 1			春雨のすまし汁	春雨 ベーコン			
				H	1 1 1 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1		
			芋天ぷら		さつま芋 てんぷら粉		
				4.10			
			牛乳	牛乳			
			夏野菜カレー	鶏肉	白米		
		ヘイル			口小		
		4	モーウイの和え物	ツナ缶			
3		41		, , ш			
	ما⊸	10 mm	麦茶				
	水	F-44					
	1 1		ゴーヤーケーキ	卵 牛乳	ケーキMIX 砂糖 バター		
		午後			7 - (WII) 1946 / (7		
		おやつ	牛乳	牛乳			
\vdash				1 10			
		オレンジ	ご飯		白米		
			鮭のマリネ	鮭			
	I . I	AUS R	ひじき炒め	ひじき 豚肉 油揚げ	しらたき		
4	木				0.71.0		
'	' '		ゆし豆腐	ゆし豆腐			
		午後 おやつ	オートミールクッキー	卵	オートミール 砂糖		
			牛乳	牛乳	小麦粉 バター BP		
	لب	パイン缶					
			七夕冷やし中華	卵 ハム	中華麺		
		・コノ町		913 / LA			
		*	コロッケ		コロッケ		
				- " AD-1	,		
_	ام		アーサ汁	アーサ 絹豆腐			
5	金	-					
	[左线					
	F		星型ジャムパン		パン ジャム バター		
		午後			ハンシャムハダー		
		おやつ	牛乳	牛乳			
\vdash	\vdash	バナナ					
			ひき肉親子丼	鶏ミンチ 卵	白米		
		午後おやつ	胡瓜の和え物	ツナ缶			
			みそ汁	絹豆腐 ワカメ			
6	土		みて汀	相立圏 フルス			
			ミニドーナツ		ドーナツ		
				,1 =1	' ' '		
		8.62	プルーン 牛乳	牛乳			
		オレンジ	ご飯		白米		
		オレンシ			日不		
			豆腐ハンバーグ	阪ミンチ 太純百度			
		250			木綿豆腐 玉ねぎ ブロム Nム じゃが芋 マヨネーズ		
8	I _ l	(1000)	ポテトサラダ	$N\Delta$	じゃが芋 マヨネーズ		
	月		ポテトサラダ	ハム	じゃが芋 マヨネーズ		
	月				じゃが芋 マヨネーズ		
	月		ワカメのみそ汁	わかめ			
	月	午後			じゃが芋 マヨネーズ 芋くず 砂糖 黒糖		
	月		ワカメのみそ汁 くずもち	わかめ きなこ			
	月	午後 おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳	わかめ	芋くず 砂糖 黒糖		
	月	午後 おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳	わかめ きなこ	芋くず 砂糖 黒糖		
	月	午後	<u>ワカメのみそ汁</u> くずもち 牛乳 ご飯	わかめ きなこ 牛乳			
	月	午後 おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳	わかめ きなこ	芋くず 砂糖 黒糖		
	月	午後 おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉	芋くず 砂糖 黒糖		
0		午後 おやつ	<u>ワカメのみそ汁</u> くずもち 牛乳 ご飯	わかめ きなこ 牛乳	芋くず 砂糖 黒糖		
9	月火	午後 おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉	芋くず 砂糖 黒糖白米		
9		午後 おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン		
9		午後おやつりんご	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン		
9		午後おやつりんご	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉		
9		午後おやつりんご	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン		
9		午後おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ		
9		午後おやつりんご	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉		
9		午後おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ		
9		午後おやつ	ワカメのみそ汁くずもち牛乳ご飯照り焼きチキンもずく酢ソーメン汁ごまクッキー牛乳麦ご飯豚肉の生姜焼き	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦		
	火	午後おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ		
		午後おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦		
	火	午後おやつ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦		
	火	午後 おやつ りんご キ後 おやつ パイン	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
	火	年後 おやつ りんご 午後 おやつ パイン	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦		
	火	午後 おやつ りんご キ後 おやつ パイン	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
	火	午後 おやつ りんご キ後 おやつ パイン 午後 おやっ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
	火	年後 おやつ りんご 午後 おやつ パイン	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
	火	午後 おやつ りんご イヤン イン 午後 おやつ パナナ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそば	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
	火	午後 おやつ りんご イヤン イン 午後 おやつ パナナ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそば 胡瓜とトマトの酢の物	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツナ缶	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
10	火水	午後 おやつ りんご イヤン イン 午後 おやつ パナナ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそば 胡瓜とトマトの酢の物	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
10	火	午後 おやつ りんご イヤン イン 午後 おやつ パナナ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそば	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツナ缶	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
10	火水	午後 おやつ りんご イヤン イン 午後 おやつ パナナ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそば 胡瓜とトマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツナ缶	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
10	火水	午後 おやつ りんご 午後 パイン キャヤ・ナナ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッキー 牛乳 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそば 胡瓜とトマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツーサ	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋		
10	火水	年後つりんご 午後つ パイン 年後つ パナナ 午後	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッ乳 表の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 「厚揚げ 牛乳 豚カナサ	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ		
10	火水	午後 おやつ りんご 午後 パイン キャヤ・ナナ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッ乳 表の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 「厚揚げ 牛乳 豚カナサ	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋		
10	火水	午後つ りんご 午後つ パイン 十年後つ パナナ 午後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッ乳 表の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きマトの酢の物 アーサ汁 鮭おマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツーサ	芋くず 砂糖 黒糖 白米 プーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマー白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米		
10	火水	年後つりんご 午後つ パイン 年後つ パナナ 午後	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずく酢 ソーメン汁 ごまクッ乳 表の生姜焼き マカロニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 「厚揚げ 牛乳 豚カナサ	学くず 砂糖 黒糖 白米 ソーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋		
10	火水	午後つ りんご 午後つ パイン 十年後つ パナナ 午後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシ汁 ごまクット をするサント を サークシー	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	芋くず 砂糖 黒糖 白米 プーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマー白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米		
10	火水	午後つ りんご 午後つ パイン 十年後つ パナナ 午後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシ汁 ごまクット をすり、シンキー 牛ご飯 豚肉のニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそび カロニウみそ汁 焼きそば 胡瓜とトマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 「厚揚げ 牛乳 豚カナサ	芋くず 砂糖 黒糖 白米 プーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマー白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ パイン 十年後つ パナナ 午後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシ汁 ごまクット をすり、シンキー 牛ご飯 豚肉のニサラダ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きそび カロニウみそ汁 焼きそば 胡瓜とトマトの酢の物 アーサ汁	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵・ キ乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚ケナサ 鮭 キ乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマー白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ パイン 十年後つ パナナ 午後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシ汁 ごまクット ・ とうシャー ・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	芋くず 砂糖 黒糖 白米 プーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマー白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米		
10	火水	午後つ りんご 午後つ パイン 十年後つ パナナ 午後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシ汁 ごまクット ・ とうシャー ・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン・・ キン	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵・ キ乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚ケナサ 鮭 キ乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマー白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米		
10	火水木木	年後つ りんご 年後つ パイン 年後つ パナナ 年後つ スイカ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシンキー キごまクッキー キごまクッキー キごまクッキー キごを生サラぞ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きマトの酢の物 アーサ汁 鮭おにぎり キご飯 サバのからこがらかみ サバのからい。	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵・ キ乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚ケナサ 鮭 キ乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 プード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき		
10	火水木木	年後つ りんご 年後つ パイン 年後つ パナナ 年後つ スイカ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシ汁 ごまクット ・ と で で か と で か の か こ で か ら で か ら で か ら で で か ら で で か ら で か ら で か で か	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵・ キ乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚ケナサ 鮭 キ乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマー白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ イン キャウナ 午後つ イン 午後つ 大きやっナ 午後つ 大きやっナ 午後つ 大きやっナ イカ 午後 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシン汁 ごまクット 大きクット 大きの生 美別 豚肉のニサラぞ 厚揚げのみそ汁 焼きいも 牛乳 焼きその酢の物 アーサ汁 鮭おに乳 がのカレーごぎり キがのカいっぱぎう 白菜のみそ汁 アイスクリーム	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵・ キ乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚ケナサ 鮭 キ乳	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム		
10	火水木木	年後つ りんご 年後つ パイン 年後つ パナナ 年後つ スイカ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシンキー 生ごまクッシャー キごまクッシャー キごを生きで アカリーのみそ汁 焼きマカロニのみそ汁 焼きマカリーがのかった。 はは、カーサ汁 生ごを生りでする。 はは、カーサ汁 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいでもい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいっと、 はいのからい。 といる。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 といる。 はいのからい。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 とい	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵・ キ乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚ケナサ 鮭 キ乳	芋くず 砂糖 黒糖 白米 プード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ パナナ 午後つ イナナ 午後つ スイカ 午後つ スイカ 本後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ご飯 照り焼きチキン もずくシンキー 生ごまクッシャー キごまクッシャー キごを生きで アカリーのみそ汁 焼きマカロニのみそ汁 焼きマカリーがのかった。 はは、カーサ汁 生ごを生りでする。 はは、カーサ汁 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいでもい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいっと、 はいのからい。 といる。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 はいのからい。 といる。 はいのからい。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 とい	わかめ き 4 乳 り 4 乳 り 4 別 り 7 料 り 7 は り 8 は り 7 は り 8 は り 7 は り 8 は り 7 と り 8 は り 8 は り 7 と り 8 は り 8 は り り り り り り り り り り り り り り り り り り り	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米 白米 ロチ		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ イン キャウナ 午後つ イン 午後つ イン 午後つ イカ 午後	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ごまか乳 にききず リーメッキー キごまクッ乳 をカカリナッキー キご生 サッシャー 東きマカリナを 焼きマカリナを 焼き、マトの サバルのからかみ サバルののからかかし はいしてによった。 サバルののからかから ウーンではあり サバルののからかから アーケット に割り サバルののからかから アーケット 大き込み 大き込み 大きいののからかかった。 アーケット 大きいのからい。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット といった。 といった。 アーケット といった。 といっと。 といった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 と	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツナ缶 アーサ 鮭 牛乳 サバあぎ	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ パナナ 午後つ イナナ 午後つ スイカ 午後つ スイカ 本後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ごまか乳 にききず リーメッキー キごまクッ乳 をカカリナッキー キご生 サッシャー 東きマカリナを 焼きマカリナを 焼き、マトの サバルのからかみ サバルののからかかし はいしてによった。 サバルののからかから ウーンではあり サバルののからかから アーケット に割り サバルののからかから アーケット 大き込み 大き込み 大きいののからかかった。 アーケット 大きいのからい。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット といった。 といった。 アーケット といった。 といっと。 といった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 と	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツナ缶 アーサ 鮭 牛乳 サバあぎ	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米 白米 ロチ		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ パナナ 午後つ イナナ 午後つ スイカ 午後つ スイカ 本後つ	ワカメのみそ汁 マずもち 牛ご飯 照り焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米 白米 ロチ		
10	火水木金金	午後つ りんご 午後つ パナナ 午後つ イナナ 午後つ スイカ 午後つ スイカ 本後つ	ワカメのみそ汁 マずもち 牛ご飯 照り焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米 白米 ロチ		
10	火水木金金	午後つ りんご 午後つ パナナ 午後つ イナナ 午後つ スイカ 午後つ スイカ 本後つ	ワカメのみそ汁 くずもち 牛乳 ごまか乳 にききず リーメッキー キごまクッ乳 をカカリナッキー キご生 サッシャー 東きマカリナを 焼きマカリナを 焼き、マトの サバルのからかみ サバルののからかかし はいしてによった。 サバルののからかから ウーンではあり サバルののからかから アーケット に割り サバルののからかから アーケット 大き込み 大き込み 大きいののからかかった。 アーケット 大きいのからい。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット はいった。 アーケット といった。 といった。 アーケット といった。 といっと。 といった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 とった。 と	わかめ きなこ 牛乳 鶏肉 もずく 卵 牛乳 豚肉 厚揚げ 牛乳 豚肉 ツナ缶 アーサ 鮭 牛乳 サバあぎ	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米 白米 ロチ		
10	火水木木	午後つ りんご 午後つ パナナ 午後つ イナナ 午後つ スイカ 午後つ スイカ 本後つ	ワカメのみそ汁 マずもち 牛ご飯 照り焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米 白米 ロチ		
10	火水木金金	午後つ けんご 午後つ パン 午後つ ナー 午後つ ナー 午後つ ナー キャンナー キャンナー キャンナー キャンナー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ワカメのみそ汁 マずもち 牛ご飯 野り焼ぎくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10	火水木金金	午後つ けん 午後つ パーチャック 午後つ ナナー 年後つ ナナー 午後つ ナナー 午後つ ナナー 午後つ ナナー 午後 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ワカメのみそ汁 マずもち キご飯 野り サイン もっと サーン もっと サーン キー でき マカー ター・ アー・ サーン でき	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 白米 白米 ロチ		
10	火水木金金	午後つ けんご 午後つ パン 午後つ ナー 午後つ ナー 午後つ ナー キャンナー キャンナー キャンナー キャンナー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ワカメのみそ汁 マずもち キご飯 野り サイン もっと サーン もっと サーン キー でき マカー ター・ アー・ サーン でき	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 中乳 豚 厚揚げ 牛豚 ツナサ 鮭 牛乳 サきある ツナ缶 ひじき ポーク缶 ちくわ ゆし豆腐	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをとった イントラース インス インス<	ワカメのみそ汁 マずもち 牛ご飯 照り焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをとった イントラース インス インス<	ワカメのみそ汁 マずもち 牛ご飯 照り焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 中乳 豚 厚揚げ 牛豚 ツナサ 鮭 牛乳 サきある ツナ缶 ひじき ポーク缶 ちくわ ゆし豆腐	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ けん 午後つ パーチャック 午後つ ナナー 年後つ ナナー 午後つ ナナー 午後つ ナナー 午後つ ナナー 午後 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ワカメのみそ汁 マずもち 中ご焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをとった イントラース インス インス<	ワカメのみそ汁 マずもち 牛ご飯 照り焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鶏すく 卵 中乳 豚 厚揚げ 牛豚 ツナサ 鮭 牛乳 サきある ツナ缶 ひじき ポーク缶 ちくわ ゆし豆腐	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをとった イントラース インス インス<	ワカメのみそ汁 マずもち 中ご焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 肉もずく 卵乳 豚 厚揚げ 牛豚カーケー キ乳 サナム かいぎ サナム かい がぎ サナム かい	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをとった イントラース インス インス<	ワカメのみそ汁	わかめ きなこ 牛乳 鳴すく 卵乳 豚 厚揚げ 牛豚カーケー キ乳 サナム ひじくわ 原 サナム ない かくわ かし マンドム かし マンドム ない	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをとった イントラース インス インス<	ワカメのみそ汁	わかめ きなこ 牛乳 鳴すく 卵乳 豚 厚揚げ 牛豚カーケー キ乳 サナム ひじくわ 原 サナム ない かくわ かし マンドム かし マンドム ない	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをやった イをとった イントラース インス インス<	ワカメのみそ汁 くずもち 中ご焼すくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鳴すく 卵乳 豚肉 厚揚げ 牛豚カーサー 鮭乳 サッナー がき サッナー がき かし豆腐 チーズ なご ちくわり はいこくないでする。 がったいできまれる。 かし豆腐	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		年 おり	ワカメのみそ汁 くずもち 中ご焼すくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鳴すく 卵乳 豚 厚揚げ 牛豚カーケー キ乳 サナム ひじくわ 原 サナム ない かくわ かし マンドム かし マンドム ない	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		
10		午後つ イン 午後つ イン 午後つ ナー 日本 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ワカメのみそ汁 マずもち 中ご焼ずくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 肉く 卵乳 豚 厚揚げ 半豚カーケー キ乳 カカップ ・サック ・サック ・サック ・サック ・サック ・サック ・カリン ・カリン ・カリン ・カリン ・カリン ・カリン ・カリン ・カリン	学くず 砂糖 黒糖 白米 リーメン ラード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白 米 しらたき アイスケット 白米 じゃが芋		
10		年 おり	ワカメのみそ汁 くずもち 中ご焼すくン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	わかめ きなこ 牛乳 鳴すく 卵乳 豚肉 厚揚げ 牛豚カーサー 鮭乳 サッナー がき サッナー がき かし豆腐 チーズ なご ちくわり はいこくないでする。 がったいできまれる。 かし豆腐	学くず 砂糖 黒糖 白米 フード 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー ゴマ 白米 押し麦 マカロニ マヨネーズ さつま芋 中華麺 白米 しらたき アイスクリーム ビスケット 白米 じゃが芋		



- ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
- ※ アレルギー食のメニューは除去または代替食で対応いたします。※ 15日(月)海の日でお休みです。