

献立		食 材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー	献立	食 材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー
1	水	ご飯 鮭の塩焼き ほうれん草の梅焼き和え さつまい	マンナ ウエファー	チーズ	エース コイン ★乳児牛乳 あり	乳児 452 kcal 幼児 532 kcal	18 土	ミニ黒糖ツイスト バナナ ウインナーと野菜のスープ 牛乳	ひじき スティック		こども ビスケット	乳児 454 kcal 幼児 482 kcal
2	木	洋風ちらし寿司 キャベツハンバーグ 茹でブロッコリー きのこのスープ	鉄入り たっぶり しらすくん	みかん缶	いちご タルト (手作り) 乳児牛乳 なし	乳児 495 kcal 幼児 647 kcal	20 月	秋分の日				
3	金	ミートソーススパゲティ キャベツとハムのサラダ 白菜の野菜スープ	にぎにぎ ポーロ	いちご ヨーグルト	バーム クーヘン ココア	乳児 453 kcal 幼児 528 kcal	21 火	★札幌ラーメン 春巻き ブロッコリーのごま和え	紫芋 チップ	おさかなの ソーセージ	ココナッツ サブレ 乳児牛乳 なし	乳児 420 kcal 幼児 457 kcal
4	土	おにぎり(2種) 肉じゃが 小松菜とツナのごま酢和え 牛乳	ミニぼん ごさかな	ミニゼリー	ぼんち揚	乳児 424 kcal 幼児 573 kcal	22 水	ご飯 すき焼き風煮 三度豆と春雨のサラダ じゃがいもとにらのみそ汁	おさつで ボン	ベビー ダノン	マカロニ きなこ (手作り) 乳児牛乳 なし	乳児 489 kcal 幼児 597 kcal
6	月	ご飯 野菜のごまみそ煮 ほうれん草のおひたし はんぺんと三つ葉のすまし汁	ココナッツ クリーム サンド	おさかなの ソーセージ	ブルーン ヨーグルト 乳児牛乳 なし	乳児 493 kcal 幼児 534 kcal	23 木	★鯖の西京漬け 人参サラダ 麩とねぎのすまし汁	アスパラ ガス	チーズ	エントリー ★乳児牛乳 あり	乳児 460 kcal 幼児 461 kcal
7	火	わかめご飯 鶏の唐揚げ エビしゅうまい ブロッコリーのおかか和え タイピーエン りんごジュース/ミニゼリー	野菜 スナック		おたのしみ おやつ 乳児牛乳 なし	乳児 564 kcal 幼児 641 kcal	24 金	ご飯 鶏と大根の五目煮 もやしときゅうりのナムル えのきと豆苗のみそ汁	きなこ せんべい	みかん缶	麦ふあー パニラ ★乳児牛乳 あり	乳児 480 kcal 幼児 506 kcal
8	水	野菜たっぶりマーボー丼 ハリハリサラダ トマトと卵のスープ	ミレー ビスケット	バナナ	麩のラスク (手作り) 乳児牛乳 なし	乳児 454 kcal 幼児 520 kcal	25 土	ちらしずし ほうれん草の白和え かき玉汁	カルシウム &テツ タマゴパン	ミニゼリー	源氏パイ	乳児 411 kcal 幼児 549 kcal
9	木	ご飯 カラスカレイの照り焼き 白菜のお浸し 納豆汁	やおやさん カステラ	チーズ	ビスコ(小 麦胚芽入 り) ★乳児牛乳 あり	乳児 443 kcal 幼児 479 kcal	27 月	白いパン/カスタードクリーム カレー風味チキンソテー チーズ入りポテトサラダ ミネストローネ	きなこ ウエハース	おさかなの ソーセージ	みかん缶の ヨーグルト和 え(手作り) 乳児牛乳 なし	乳児 468 kcal 幼児 510 kcal
10	金	ハヤシライス ごぼうサラダ レタススープ	カルシウム &テツ ウエハース	ベビー ダノン	カリポテ 乳児牛乳 なし	乳児 468 kcal 幼児 572 kcal	28 火	鶏飯 鮭のチーズフライ 春雨梅焼きサラダ	ミニぼん えびせん	バナナ	豚まん 乳児牛乳 なし	乳児 491 kcal 幼児 656 kcal
11	土	丸ロール バナナ コーンスープ おさかなのソーセージ 牛乳	畑の クラッカー		えび せんべい 満月	乳児 427 kcal 幼児 533 kcal	29 水	ご飯 牛肉の野菜煮 キャベツとカニカマボン酢サラダ えのきとわかめのみそ汁	チーズ クラッカー	いちご ヨーグルト	国産 やさい ゼリー 乳児牛乳 なし	乳児 478 kcal 幼児 538 kcal
13	月	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 こんにやくきんぴらカレー風味 しめじと白菜のみそ汁	カルテツ ピッコロ スティック	おさかなの ソーセージ	プリン (手作り) 乳児牛乳 なし	乳児 445 kcal 幼児 509 kcal	30 木	ご飯 煮魚 小松菜とうす揚げのカリカリサラダ 飛鳥汁	カルテツ いわし おかき	チーズ	ハーベスト ★乳児牛乳 あり	乳児 443 kcal 幼児 471 kcal
14	火	炊き込みご飯 かぼちゃの天ぷら ほうれん草のごま和え 茶碗蒸し	ふわふわ チップ	ブルー ベリー ヨーグルト	バナナ 乳児牛乳 なし	乳児 468 kcal 幼児 543 kcal	31 金	カレーうどん ちくわの磯辺揚げ 三度豆のおかか和え	ミニ のりすけ	ベビー ダノン	海の仲間た ちクッキー カルピス	乳児 439 kcal 幼児 506 kcal
15	水	ご飯 さばのしょうゆ煮 もやしときゅうりのゆかり和え 五目汁	胚芽 スティック	ミニゼリー	シスコーン (マイルド チョコ) 牛乳	乳児 404 kcal 幼児 463 kcal						
16	木	豚みそ丼 千切大根の煮物 豆腐と水菜のすまし汁	野菜入り ソフト せん	りんご	チョコイス ★乳児牛乳 あり	乳児 428 kcal 幼児 501 kcal						
17	金	ご飯 照り焼きチキン 小松菜としめじのおひたし こしね汁	白い風船	パイン缶	小魚 せんべい ★乳児牛乳 あり	乳児 442 kcal 幼児 438 kcal						

※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつは、1〜3歳児。乳児デザートは、1歳児と2歳児のみの提供となります。
※乳児には午前と午後のおやつに牛乳を提供します。ただし献立により、午後の牛乳は提供しない時がありますので、午後のおやつ献立表をご確認ください。幼児は、昼食時に牛乳を提供しています。
※エネルギーの目標値は 乳児：463 kcal 幼児：511 kcal です。エネルギーは、昼食・おやつ・牛乳の合計値です。

“今月の郷土料理” 「札幌ラーメン」

札幌ラーメンは、札幌市(北海道)発祥のご当地ラーメンです。北海道はラーメンで有名な地で、札幌ラーメン、函館ラーメン、旭川ラーメンは北海道三大ラーメンと言われ、それぞれだしの味、具に特徴があります。札幌ラーメンは豚肉とたっぷりの野菜が入ったみそ味のラーメンです。戦後、屋台で作られたとんこつから煮出した濃いスープによるラーメンが源流だといわれています。当初はしょうゆ味でしたが、市内のある店で、客から「豚汁にラーメンを入れて欲しい」といわれたことで味噌ラーメンが考案されたそうです。

