## 

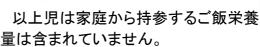
コーンポテトサラダ 切干し大村		4 挽肉そぼろ 青菜のお浸し 炒り卵 牛乳 ミニトマト 三色ごはん 豆腐の味噌汁
献立 タトからり帯ったら コーンポテトサラダ 切干し大村 南瓜といん キラ	でのそぼろ煮 文化の日限の和風サラダんげんの味噌汁	挽肉そぼろ 青菜のお浸し 炒り卵 牛乳 ミニトマト 三色ごはん
献立 タトからり マーンポテトサラダ 切干し大村 南瓜といん キラ先いとうがいを! ボンとう	限の和風サラダルげんの味噌汁	青菜のお浸し 炒り卵 牛乳 ミニトマト 三色ごはん
手洗いとうがいた!ぶとうキウイ	いげんの味噌汁	炒り卵 牛乳 ミニトマト 三色ごはん
手洗いとうがいた!ぶとうキウイ		▶ 牛乳   ミニトマト   三色ごはん
		ミニトマト 三色ごはん
		三色ごはん
未満児 東ボけん。 デけん。 デけん。		三色ごはん
	ン 牛乳	1.5 126(7.1)体肥汁
おやつ あべかわもち 牛乳 プチパ	ノ 十七	
6 7 8	9 10	1 1
		工作八分型
	豆のからめ煮 肉じゃが	手作り弁当
里芋の煮つけ ブロッコリーのごま和え ヤーコンサラダ 利休和		牛乳
献立   かぶの味噌汁   わかめのスープ   白菜と人参の味噌汁   人参シ		
柿   ぶどう   りんご   キウイ	みかん	
未満児   ごはん	ごはん	
主食		
おやつ 豆腐のごまだれ団子 牛乳 りんごカスタード 麦茶 バナナケーキ 牛乳 甘食	牛乳 ヤクルト せん^	101
13 14 15	16 17	18
	延生会 鯖の味噌煮	焼きビーフン
	ーピラフ 切干し大根の炒り	
	みフライのっぺい汁	牛乳
	ツコリー りんご	バナナ
	プみかん	, , , ,
	ーピラフ ごはん	ごはん
主食	C1370	じゃが芋とキャベツの味噌汁
	キ 牛乳 卵サンド 牛	
		乳 0.5
	23 24	25
	感謝の日 卵グラタン	はんぺんのチーズ焼き
深山和え きゅうりの酢味噌和え ひじきの炒り煮	ヤーコンきんて	
	*   カレー汗	牛乳
	射の日 🐧 ौ 柿	みかん
みかん	M Y L	
未満児   ごはん   ごはん   さつま芋ごはん   🦞 🔽	◎ ☆ ごはん	ごはん
主食		じゃが芋と豆腐の味噌汁
おやつ 大学いも 牛乳 レアチーズ 煎餅 ピザトースト 牛乳	シャ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	上到
	30	
	イル焼き	A A A A A
	やサラダ	走に 300
献立 にらたま汁 コーンとキャベツのスープ 里芋の	味噌汁	The same
パナナ キウイ りんご		にましょう
	1	~~~~
未満児 ごはん ごはん 仕出し弁当 ごはん	——————————————————————————————————————	Ld > (0)
, = . =	12005	"
主食	1/2/ # 1/1	
おやつ チーズポテト 牛乳 なべ焼き 牛乳 ヨーグルト 煎餅 やきそば	ハノ 午乳	5-5



ふろふき大根、ぶり大根、おでん の具など、様々な料理に使われ る大根。乾燥させた切り干し大根 には食物繊維やカルシュウムが 豊富に含まれ、健康食品としても 注目されています。







栄養給与目標(以上児)

エネルギー・・416kcal たんぱく質・・17.4g

脂質······18.2g 栄養給与目標(未満児)

> エネルギー・・532kcal たんぱく質・・19.1g







