

## 食欲の秋



秋と言えば、「食欲の秋！」美味しい物を食べると幸せな気持ちになりますよね。

そんな秋におすすめな食べ物は旬の食材です。旬の食材はおいしいだけでなく

通常よりも栄養価が高いので旬の食材を様々な料理にアレンジしてみるのもおすすめです。

株式会社 万福



1日(木)

休園



| 5日(月) 全員給食                                                             |                                                                                                                                                   | 6日(火) 全員給食                                                               |                                                                                                                                                                                               | 7日(水) クラブ給食                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 | 8日(木) 全員給食                                                            |                                                                                                                                                                                                                                              | 9日(金) 全員給食                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 献立名                                                                    | 材料名                                                                                                                                               | 献立名                                                                      | 材料名                                                                                                                                                                                           | 献立名                                                                                                                                                                                | 材料名                                                                                                                                                                                                             | 献立名                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                                                          | 献立名                                                                                                                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                |
| ① ごはん<br>② コンソメスープ<br>③ のり巻き唐揚げ<br>④ サラダスパゲティ<br>⑤ パイン缶<br>⑥ ウインナー     | ① 米 発芽玄米<br>② コーン キャベツ コンソメ(牛エキス)<br>③ 鶏肉 小麦 生姜 のり 大豆成分<br>④ マカロニ 枝豆 ツナ(まぐろ 大豆油)<br>⑤ 人参 なたね油 酢 しょうゆ 砂糖<br>⑥ パイナップル<br>⑦ 鶏肉 鶏皮                    | ① ごはん<br>② すまし汁<br>③ 豚肉のオイスターソース炒め<br>④ 鶏肉のゴマドレサラダ<br>⑤ もも缶<br>⑥ 大根の煮付   | ① 米 発芽玄米<br>② 人参 しめじ だし しょうゆ 塩<br>③ 豚肉 玉ねぎ ピーマン チンゲン菜<br>④ コーン 煮しめ(鶏肉 小麦) きゅうり<br>⑤ ごまドレッシング(ごま 大豆成分)<br>⑥ もも<br>⑦ 大根 だし 砂糖 しょうゆ                                                              | ① ごはん<br>② 豆腐のみそ汁<br>③ 大根と鶏肉の炒め物<br>④ イカの天ぷら<br>⑤ みかん缶<br>⑥ 花形さつまの煮付                                                                                                               | ① 米 発芽玄米<br>② 大根 鶏肉 インゲン 人参<br>③ こんにゃく みそ 砂糖 しょうゆ だし<br>④ 豆腐 わかめ だし みそ<br>⑤ いか 小麦<br>⑥ みかん缶<br>⑦ 魚肉 人参 玉ねぎ 大豆成分 小麦<br>⑧ だし 砂糖 しょうゆ                                                                              | ① ごはん<br>② 豚丼<br>③ 野菜とコーンのサラダ<br>④ ももゼリー<br>⑤ ちくわの煮付                  | ① 米 発芽玄米<br>② 豚肉 玉ねぎ こんにゃく<br>③ 白ねぎ だし しょうが しょうゆ<br>④ 酒 砂糖<br>⑤ はくさい ツナ(まぐろ 大豆油)<br>⑥ コーン 酢 しょうゆ 塩<br>⑦ もも果汁 水飴<br>⑧ ちくわ(魚肉(たちうお すけそうだら)<br>大豆成分 小麦 コーンスターチ 芋 砂糖<br>砂糖 醤油 だし粉<br>※ 必ずスプーンをご持参ください。                                           | ① ごはん<br>② わかめのすまし汁<br>③ ハンバーグ<br>④ キャベツとちくわの煮付<br>⑤ りんご缶<br>⑥ おからポテト                                                                                                 | ① 米 発芽玄米<br>② 豚肉 玉ねぎ こんにゃく<br>③ 白ねぎ だし しょうが しょうゆ<br>④ 酒 砂糖<br>⑤ はくさい ツナ(まぐろ 大豆油)<br>⑥ コーン 酢 しょうゆ 塩<br>⑦ もも果汁 水飴<br>⑧ ちくわ(魚肉(たちうお すけそうだら)<br>大豆成分 小麦 コーンスターチ 芋 砂糖<br>砂糖 醤油 だし粉<br>※ 必ずスプーンをご持参ください。 |
| 1人分 507 kcal<br>たんぱく 15.1 g<br>脂質 13.5 g<br>炭水化物 79.8 g<br>食塩相当量 1.7 g |                                                                                                                                                   | 1人分 399 kcal<br>たんぱく 13.8 g<br>脂質 5.7 g<br>炭水化物 73.3 g<br>食塩相当量 1.5 g    |                                                                                                                                                                                               | 1人分 444 kcal<br>たんぱく 14.3 g<br>脂質 9.1 g<br>炭水化物 75.4 g<br>食塩相当量 3.2 g                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                 | 1人分 462 kcal<br>たんぱく 13.8 g<br>脂質 5.8 g<br>炭水化物 88.9 g<br>食塩相当量 3 g   |                                                                                                                                                                                                                                              | 1人分 404 kcal<br>たんぱく 10.8 g<br>脂質 4.8 g<br>炭水化物 79.5 g<br>食塩相当量 2 g                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                    |
| 12日(月) スポーツの日                                                          |                                                                                                                                                   | 13日(火) 全員給食                                                              |                                                                                                                                                                                               | 14日(水) クラブ給食                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                 | 15日(木) 全員給食                                                           |                                                                                                                                                                                                                                              | 16日(金) 全員給食                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                    |
| 献立名                                                                    | 材料名                                                                                                                                               | 献立名                                                                      | 材料名                                                                                                                                                                                           | 献立名                                                                                                                                                                                | 材料名                                                                                                                                                                                                             | 献立名                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                                                          | 献立名                                                                                                                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                |
| ① ごはん<br>② 中華スープ<br>③ ブルコギ風<br>④ レンコンの甘辛煮<br>⑤ みかん缶<br>⑥ 野菜かまぼこの煮付     | ① 米 発芽玄米<br>② わかめ 大根 中華スープ(鶏・豚エキス)<br>③ 豚肉 にんじん 玉ねぎ なら<br>④ りんご 玉ねぎ コンソメ 生姜 みそ 大豆 小麦 砂糖 しょうゆ<br>⑤ りんご 玉ねぎ コンソメ 生姜 みそ 大豆 小麦 砂糖 しょうゆ<br>⑥ 野菜かまぼこの煮付 | ① ごはん<br>② 野菜スープ<br>③ トマトマカロニ<br>④ 若鶏のしそチーズ竜田揚げ<br>⑤ パイン缶<br>⑥ シューマイ     | ① 米 発芽玄米<br>② 玉ねぎ キャベツ コンソメ(牛エキス)<br>③ マカロニ 玉ねぎ しめじ トマト<br>④ ソーセージ(豚肉 鶏粉 玉ねぎ)<br>⑤ コンソメ(牛エキス) トマトケチャップ 塩<br>⑥ 鶏肉 小麦 しそ チーズ 卵成分 大豆成分<br>⑦ パイナップル<br>⑧ たまねぎ 豚肉 鶏肉 小麦 ごま油<br>大豆成分 乳成分            | ① 米 発芽玄米<br>② 玉ねぎ キャベツ コンソメ(牛エキス)<br>③ マカロニ 玉ねぎ しめじ トマト<br>④ ソーセージ(豚肉 鶏粉 玉ねぎ)<br>⑤ コンソメ(牛エキス) トマトケチャップ 塩<br>⑥ 鶏肉 小麦 しそ チーズ 卵成分 大豆成分<br>⑦ パイナップル<br>⑧ たまねぎ 豚肉 鶏肉 小麦 ごま油<br>大豆成分 乳成分 | ① 米 発芽玄米<br>② 玉ねぎ キャベツ コンソメ(牛エキス)<br>③ マカロニ 玉ねぎ しめじ トマト<br>④ ソーセージ(豚肉 鶏粉 玉ねぎ)<br>⑤ コンソメ(牛エキス) トマトケチャップ 塩<br>⑥ 鶏肉 小麦 しそ チーズ 卵成分 大豆成分<br>⑦ パイナップル<br>⑧ たまねぎ 豚肉 鶏肉 小麦 ごま油<br>大豆成分 乳成分                              | ① ごはん<br>② カレーライス<br>③ キャベツとツナのサラダ<br>④ いちごゼリー<br>⑤ ブロッコリーの煮付         | ① 発芽玄米 米<br>② ・具材(豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参)<br>・ルー(小麦 豚脂 でん粉 カレーパウダー<br>乳成分 トマトパウダー チーズ パナナペースト<br>はちみつ ココア りんごペースト<br>玉ねぎパウダー コンソメ(牛エキス) 砂糖)<br>③ キャベツ ツナ(まぐろ 大豆油) きゅうり<br>④ なたね油 酢 しょうゆ 砂糖<br>⑤ いちご果汁 水飴<br>⑥ フロッコリー だし 砂糖 しょうゆ<br>※ 必ずスプーンをご持参ください。 | ① ごはん<br>② 中華丼<br>③ 大根のポン酢汁<br>④ 青りんごゼリー<br>⑤ 肉団子                                                                                                                     | ① 米 発芽玄米<br>② 玉ねぎ キャベツ コンソメ(牛エキス)<br>③ マカロニ 玉ねぎ しめじ トマト<br>④ ソーセージ(豚肉 鶏粉 玉ねぎ)<br>⑤ コンソメ(牛エキス) トマトケチャップ 塩<br>⑥ 鶏肉 小麦 しそ チーズ 卵成分 大豆成分<br>⑦ パイナップル<br>⑧ たまねぎ 豚肉 鶏肉 小麦 ごま油<br>大豆成分 乳成分                 |
| 1人分 398 kcal<br>たんぱく 12.4 g<br>脂質 4.6 g<br>炭水化物 76.6 g<br>食塩相当量 3 g    |                                                                                                                                                   | 1人分 432 kcal<br>たんぱく 12.9 g<br>脂質 3.9 g<br>炭水化物 86.7 g<br>食塩相当量 1.5 g    |                                                                                                                                                                                               | 1人分 544 kcal<br>たんぱく 11.9 g<br>脂質 10.9 g<br>炭水化物 99.7 g<br>食塩相当量 2.8 g                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                 | 1人分 487 kcal<br>たんぱく 11.7 g<br>脂質 8.1 g<br>炭水化物 93.2 g<br>食塩相当量 2.4 g |                                                                                                                                                                                                                                              | 1人分 487 kcal<br>たんぱく 11.7 g<br>脂質 8.1 g<br>炭水化物 93.2 g<br>食塩相当量 2.4 g                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                    |
| 19日(月) 全員給食                                                            |                                                                                                                                                   | 20日(火) 全員給食                                                              |                                                                                                                                                                                               | 21日(水) クラブ給食                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                 | 22日(木) 全員給食                                                           |                                                                                                                                                                                                                                              | 23日(金) 全員給食                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                    |
| 献立名                                                                    | 材料名                                                                                                                                               | 献立名                                                                      | 材料名                                                                                                                                                                                           | 献立名                                                                                                                                                                                | 材料名                                                                                                                                                                                                             | 献立名                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                                                          | 献立名                                                                                                                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                |
| ① ごはん<br>② 大根のみそ汁<br>③ 豚肉と野菜の炒め物<br>④ 海鮮豆腐ステーキ<br>⑤ みかん缶<br>⑥ ウインナー    | ① 米 発芽玄米<br>② わかめ 大根 だし みそ<br>③ 豚肉 こまつな 人参 玉ねぎ<br>④ 砂糖 だし しょうゆ みりん<br>⑤ 豆腐 玉ねぎ 卵成分 いか 大豆成分<br>⑥ いんげん にんじん<br>⑦ みかん<br>⑧ 鶏肉 鶏皮                     | ① ごはん<br>② わかめスープ<br>③ 肉じゃが<br>④ ミニハンバーグ<br>⑤ オレンジ(生果)<br>⑥ とうもろこしのつまみ揚げ | ① 米 発芽玄米<br>② わかめ 青ねぎ 人参<br>③ 中華スープ(鶏・豚エキス)<br>④ 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参<br>⑤ こんにゃく 砂糖 酒 しょうゆ だし<br>⑥ 鶏肉 玉ねぎ トマトピューレ<br>⑦ パン粉 大豆成分 小麦 卵成分<br>⑧ 牛エキス 豚エキス ごま油<br>⑨ オレンジ<br>⑩ コーン 魚肉(いとよりだい)<br>芋・コーン澱粉 | ① ごはん<br>② わかめとあげのみそ汁<br>③ 小松菜とピーマンのオイスター炒め<br>④ 焼きぎょうざ<br>⑤ もも缶<br>⑥ 木の葉しんじょの煮付                                                                                                   | ① 米 発芽玄米<br>② わかめ 油揚げ だし みそ<br>③ こまつな ピーマン 豚肉 人参<br>④ しょうゆ オイスターソース 酒 砂糖 だし<br>⑤ キャベツ 玉ねぎ なら 豆腐<br>⑥ コーン 鶏粉 かきエキス<br>⑦ 大豆成分 豚肉 小麦<br>⑧ もも<br>⑨ 豆腐 魚肉(さば不使用) 人参<br>⑩ 玉ねぎ 枝豆 豆乳 れんこん<br>⑪ ひじき 芋 砂糖<br>⑫ 砂糖 醤油 だし粉 | ① 全粒粉食パン<br>② ハヤシチュー<br>③ チンゲン菜のソテー<br>④ オレンジゼリー<br>⑤ 牛乳              | ① 小麦 マーガリン 乳成分<br>② 豚肉 玉ねぎ 人参<br>③ 小麦 豚エキス トマトパウダー<br>④ コンソメ(牛エキス) 砂糖<br>⑤ チンゲン菜 もやし ピーマン<br>⑥ 鶏肉 だし しょうゆ<br>⑦ みりん 砂糖 なたね油<br>⑧ オレンジ果汁 飴<br>⑨ 牛乳<br>※ 必ずスプーンをご持参ください。                                                                        | ① 小麦 マーガリン 乳成分<br>② 豚肉 玉ねぎ 人参<br>③ 小麦 豚エキス トマトパウダー<br>④ コンソメ(牛エキス) 砂糖<br>⑤ チンゲン菜 もやし ピーマン<br>⑥ 鶏肉 だし しょうゆ<br>⑦ みりん 砂糖 なたね油<br>⑧ オレンジ果汁 飴<br>⑨ 牛乳<br>※ 必ずスプーンをご持参ください。 | ① 小麦 マーガリン 乳成分<br>② 豚肉 玉ねぎ 人参<br>③ 小麦 豚エキス トマトパウダー<br>④ コンソメ(牛エキス) 砂糖<br>⑤ チンゲン菜 もやし ピーマン<br>⑥ 鶏肉 だし しょうゆ<br>⑦ みりん 砂糖 なたね油<br>⑧ オレンジ果汁 飴<br>⑨ 牛乳<br>※ 必ずスプーンをご持参ください。                              |
| 1人分 443 kcal<br>たんぱく 12.5 g<br>脂質 11.4 g<br>炭水化物 72 g<br>食塩相当量 2.6 g   |                                                                                                                                                   | 1人分 432 kcal<br>たんぱく 12 g<br>脂質 8.7 g<br>炭水化物 76.9 g<br>食塩相当量 3 g        |                                                                                                                                                                                               | 1人分 444 kcal<br>たんぱく 12.6 g<br>脂質 7.3 g<br>炭水化物 82.5 g<br>食塩相当量 3.4 g                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                 | 1人分 398 kcal<br>たんぱく 12.5 g<br>脂質 13 g<br>炭水化物 60 g<br>食塩相当量 3.4 g    |                                                                                                                                                                                                                                              | 1人分 398 kcal<br>たんぱく 12.5 g<br>脂質 13 g<br>炭水化物 60 g<br>食塩相当量 3.4 g                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                    |
| ★10月…旬の食べ物★                                                            |                                                                                                                                                   | 27日(火) 全員給食                                                              |                                                                                                                                                                                               | 28日(水) クラブ給食                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                 | 29日(木) 全員給食                                                           |                                                                                                                                                                                                                                              | 30日(金) 全員給食                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                    |
| 献立名                                                                    | 材料名                                                                                                                                               | 献立名                                                                      | 材料名                                                                                                                                                                                           | 献立名                                                                                                                                                                                | 材料名                                                                                                                                                                                                             | 献立名                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                                                          | 献立名                                                                                                                                                                   | 材料名                                                                                                                                                                                                |

運動会前



|                                                                                  |                                                                       |      |      |                                                                                                                                                                                       |      |      |                                                                    |      |      |                                                                                                                                                                      |      |  |                                                  |  |  |                                                                                                                                       |  |  |                                                           |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|--------------------------------------------------------------------|------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--|--------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------------------------------------------------------|--|--|
| えのき エリンギ 南瓜<br><br>りんご チンゲン菜 里芋<br><br>さんま さば たちうお<br><br>好き嫌いなく食べて、元気な体を作りましょう！ | ① ごはん<br>② コンソメスープ<br>③ ボロネーゼスパゲティ<br>④ ポパイソテー<br>⑤ パイン缶<br>⑥ スマイルポテト |      |      | ① 米 発芽玄米<br>② じゃがいも 人参 玉ねぎ<br>コンソメ（牛エキス）<br>③ スパゲティ 人参 豚肉 玉ねぎ<br>ケチャップ ウスターソース<br>砂糖 コンソメ（牛エキス） 塩 こしょう<br>④ ほうれん草 玉ねぎ コーン<br>ソーセージ（豚肉 澱粉 玉ねぎ）<br>砂糖 だし しょうゆ みりん<br>⑤ パイナップル<br>⑥ じゃが芋 |      |      | ① ごはん<br>② みそ汁<br>③ チンジャオロースー<br>④ 鶏のからあげ<br>⑤ もも缶<br>⑥ しまじろう高野の煮付 |      |      | ① 米 発芽玄米<br>② さか元）冷凍豆腐サイコロカット15<br>わかめ だし 白みそ<br>みそ<br>③ 豚肉 冷）千切りだけのこ<br>ピーマン（緑） 人参<br>オイスターソース しょうゆ<br>中華スープ（鶏・豚エキス） でんぷん<br>④ 鶏肉 小麦 大豆油<br>⑤ もも<br>⑥ 大豆 だし 砂糖 しょうゆ |      |  | ① ごはん<br>② 鶏すき丼<br>③ ひじき煮<br>④ ももゼリー<br>⑤ 青のりポテト |  |  | ① 発芽玄米 米<br>② 鶏肉 はくさい 玉ねぎ こんにゃく 人参<br>だし しょうゆ 砂糖 酒<br>③ ひじき 油揚げ 人参 だし しょうゆ 砂糖<br>④ もも果汁 水飴<br>⑤ じゃがいも 塩 こしょう 青のり<br>※ 必ずスプーンをご持参ください。 |  |  | ① ごはん<br>② カレーライス<br>③ 千切り大根のはりた<br>④ オレンジゼリー<br>⑤ カットコーン |  |  |
|                                                                                  | エネルギー                                                                 | 451  | kcal | エネルギー                                                                                                                                                                                 | 471  | kcal | エネルギー                                                              | 477  | kcal | エネルギー                                                                                                                                                                | 523  |  |                                                  |  |  |                                                                                                                                       |  |  |                                                           |  |  |
|                                                                                  | タンパク                                                                  | 10.2 | g    | タンパク                                                                                                                                                                                  | 17.9 | g    | タンパク                                                               | 14.1 | g    | タンパク                                                                                                                                                                 | 10.3 |  |                                                  |  |  |                                                                                                                                       |  |  |                                                           |  |  |
|                                                                                  | 脂質                                                                    | 7    | g    | 脂質                                                                                                                                                                                    | 11.2 | g    | 脂質                                                                 | 6.2  | g    | 脂質                                                                                                                                                                   | 10.9 |  |                                                  |  |  |                                                                                                                                       |  |  |                                                           |  |  |
|                                                                                  | 炭水化物                                                                  | 87.4 | g    | 炭水化物                                                                                                                                                                                  | 74   | g    | 炭水化物                                                               | 92.8 | g    | 炭水化物                                                                                                                                                                 | 97.3 |  |                                                  |  |  |                                                                                                                                       |  |  |                                                           |  |  |
|                                                                                  | 食塩相当量                                                                 | 1.5  | g    | 食塩相当量                                                                                                                                                                                 | 3.2  | g    | 食塩相当量                                                              | 2.2  | g    | 食塩相当量                                                                                                                                                                | 2.9  |  |                                                  |  |  |                                                                                                                                       |  |  |                                                           |  |  |

※魚に関しましては、噛みくだけの程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承ください。

みどり幼稚園

|                                                                                      |                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 2日（金）                                                                                |                                                                         |
| 弁当の日                                                                                 |                                                                         |
|    |                                                                         |
| 3日（金） 全員給食                                                                           |                                                                         |
|                                                                                      | 材料名                                                                     |
| し汁<br>和え物                                                                            | ① 米 発芽玄米                                                                |
|                                                                                      | ② わかめ 藍 青ねぎ だし粉 しょうゆ 塩                                                  |
|                                                                                      | ③ 鶏肉 玉ねぎ 大豆成分 パン粉<br>卵成分 豚エキス 小麦 ごま油                                    |
|                                                                                      | ④ キャベツ<br>ちくわ（魚肉（たちうお すけそうだら）<br>大豆成分 小麦 コーンスターチ 芋澱粉<br>コーン 砂糖 しょうゆ みりん |
| kcal                                                                                 | ⑤ りんご                                                                   |
| g                                                                                    | ⑥ ジャガ芋 おから 豆乳                                                           |
| g                                                                                    |                                                                         |
| g                                                                                    |                                                                         |
| g                                                                                    |                                                                         |
| g                                                                                    |                                                                         |
| 6日（金） 全員給食                                                                           |                                                                         |
|                                                                                      | 材料名                                                                     |
| サラダ                                                                                  | ① 発芽玄米 米                                                                |
|                                                                                      | ② 豚肉 はくさい にんじん<br>たけのこ 中華スープ（鶏・豚エキス）<br>砂糖 醤油 でん粉                       |
|                                                                                      | ③ 大根 コーン わかめ<br>ポン酢 みりん 砂糖                                              |
|                                                                                      | ④ アップル果汁 水飴                                                             |
| kcal                                                                                 | ⑤ 鶏肉 玉ねぎ パン粉 小麦<br>卵成分 芋澱粉 乳成分<br>ごま油 大豆成分                              |
| g                                                                                    | ※ 必ずスプーンをご持参ください。                                                       |
| g                                                                                    |                                                                         |
| g                                                                                    |                                                                         |
| g                                                                                    |                                                                         |
| g                                                                                    |                                                                         |
| 23日（金）                                                                               |                                                                         |
| 1日準備のため午前保育                                                                          |                                                                         |
|  |                                                                         |
| 30日（金） 全員給食                                                                          |                                                                         |
|                                                                                      | 材料名                                                                     |

|   |                                                                                                                        |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | ① 米 発芽玄米                                                                                                               |
| ② | ・具材（豚肉 玉ねぎ ジャが芋 人参）<br>・ルー（小麦 豚脂 でん粉 カレーパウダー<br>乳成分 トマトパウダー チーズ パナップペースト<br>はちみつ ココア りんごペースト<br>玉ねぎパウダー コンソメ（牛エキス） 砂糖） |
| ③ | 切干大根 きゅうり 人参<br>砂糖 しょうゆ みりん 酢 塩 ごま                                                                                     |
| ④ | オレンジ果汁 飴                                                                                                               |
| ⑤ | コーン                                                                                                                    |
| ※ | 必ずスプーンをご持参ください。                                                                                                        |

すり潰け  
ー

kcal  
g  
g  
g  
g