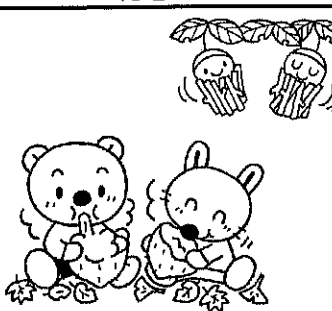





月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日																																								
	<b>1</b> バナナ・牛乳 鮭の塩焼き マカロニサラダ みそ汁 ごはん スイートポテト牛乳	<b>2</b> 干菓子・牛乳 ポトフ かぼちゃのそぼろあん ごはん バナナ 干菓子・牛乳	<b>3</b> 	<b>4</b> 干菓子・牛乳 ミートスパゲッティ ツナサラダ 豆腐スープ オレンジ おかかおにぎり お茶	<b>5</b> 干菓子・牛乳 鶏肉のみそマヨ焼き 白菜お浸し 鶏がらスープ ごはん バナナ 干菓子・牛乳																																								
	<b>7</b> 干菓子・牛乳 ビーフシチュー 野菜スティック クロワッサン みかん リッツサンド牛乳	<b>8</b> バナナ・牛乳 煮魚 さつまいもサラダ みそ汁 ごはん オレンジ とまと組 きのこの房分け	<b>9</b> 干菓子・牛乳 ひじきそぼろご飯 春雨サラダ レタススープ バナナ 干菓子・牛乳	<b>10</b> 干菓子・牛乳 やみつぎ子キン じゃがコーン炒め 中華スープ ごはん ライスクリスピーのおこし・牛乳	<b>11</b> 干菓子・牛乳 ちゃんぽんラーメン ブロッコリーサラダ オレンジ 牛しぐれおにぎり お茶	<b>12</b> 干菓子・牛乳 牛肉のみそ丼 大根サラダ すまし汁 バナナ 干菓子・牛乳																																							
<b>14</b> 干菓子・牛乳 チキンカレーライス おかか和え バナナ ポップコーン牛乳	<b>15</b> 干菓子・牛乳 豚肉のしょうが焼き じゃがいもの塩昆布和え のっぺい汁 ごはん みかん メロンパン牛乳	<b>16</b> 干菓子・牛乳 さわらの照り焼き 白菜のごま和え みそ汁 ごはん バナナ 干菓子・牛乳	<b>17</b> バナナ・牛乳 鶏肉のトマトソースかけ ブロッコリーとちくわのサラダ コンソメスープ ごはん ポテトピザ・牛乳	<b>18</b> 干菓子・牛乳 あんかけうどん ほうれん草の白あえ オレンジ ツなわかめおにぎり お茶	<b>19</b> 干菓子・牛乳 肉じゃが キャベツのごまあえ みそ汁 ごはん バナナ 干菓子・牛乳																																								
<b>21</b> 干菓子・牛乳 ハンバーグ 添え野菜 コンソメスープ ごはん バナナ ホットケーキ牛乳	<b>22</b> 干菓子・牛乳 ハヤシライス いろいろサラダ みかん ごはん みかん 干菓子・牛乳	<b>23</b> 	<b>24</b> 干菓子・牛乳 魚の甘酢あんかけ かぼちゃサラダ みそ汁 ごはん コーンバター牛乳	<b>25</b> 干菓子・牛乳 みそラーメン いんげんのツナ和え オレンジ じゃこおにぎり お茶	<b>26</b> 干菓子・牛乳 マーボー丼 きゅうりの酢の物 中華スープ バナナ 干菓子・牛乳																																								
<b>28</b> バナナ・牛乳 鶏のから揚げ ポテトサラダ スープ ごはん カレートースト牛乳	<b>29</b> 干菓子・牛乳 肉豆腐 もやしのナムル すまし汁 ごはん みかん アップルティー ケーキ・牛乳	<b>30</b> 干菓子・牛乳 鶏肉の照り焼き丼 白菜のしらす和え みそ汁 バナナ めろん組 ムーンパイ作り 干菓子・牛乳	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>(1~2歳児)</p> <table border="1"> <tr> <th>乳児摂取量</th> <th>乳児目標量</th> <th>幼児摂取量</th> <th>幼児目標量</th> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>459kcal</td> <td>476kcal</td> <td>543kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>17.4g</td> <td>19.0g</td> <td>20.0g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>14.7g</td> <td>14.3g</td> <td>16.4g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム</td> <td>201mg</td> <td>200mg</td> <td>220mg</td> </tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>(3~5歳児)</p> <table border="1"> <tr> <th>乳児摂取量</th> <th>乳児目標量</th> <th>幼児摂取量</th> <th>幼児目標量</th> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>459kcal</td> <td>476kcal</td> <td>543kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>17.4g</td> <td>19.0g</td> <td>20.0g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>14.7g</td> <td>14.3g</td> <td>16.4g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム</td> <td>201mg</td> <td>200mg</td> <td>220mg</td> </tr> </table> </div> </div> <p>※仕入れの都合で食材を変更する場合があります。</p> <p>○乳児・幼児摂取量は、10月の平均の摂取量を示しています。</p> <p>○栄養価は、3時のおやつを考慮しています。乳児は朝のおやつも考慮しています。</p> 			乳児摂取量	乳児目標量	幼児摂取量	幼児目標量	エネルギー	459kcal	476kcal	543kcal	たんぱく質	17.4g	19.0g	20.0g	脂質	14.7g	14.3g	16.4g	カルシウム	201mg	200mg	220mg	乳児摂取量	乳児目標量	幼児摂取量	幼児目標量	エネルギー	459kcal	476kcal	543kcal	たんぱく質	17.4g	19.0g	20.0g	脂質	14.7g	14.3g	16.4g	カルシウム	201mg	200mg	220mg
乳児摂取量	乳児目標量	幼児摂取量	幼児目標量																																										
エネルギー	459kcal	476kcal	543kcal																																										
たんぱく質	17.4g	19.0g	20.0g																																										
脂質	14.7g	14.3g	16.4g																																										
カルシウム	201mg	200mg	220mg																																										
乳児摂取量	乳児目標量	幼児摂取量	幼児目標量																																										
エネルギー	459kcal	476kcal	543kcal																																										
たんぱく質	17.4g	19.0g	20.0g																																										
脂質	14.7g	14.3g	16.4g																																										
カルシウム	201mg	200mg	220mg																																										