

令和7年10月

ようちえん もりつけず 食育センター 養正調理場

月	火	水	木	金
		1 トマトまめまめごはんのぐ いりたまご(べつづけ) かぼちゃのごまあげ すましじる 〔主食〕 むぎごはん	2 ちくわのあげがらめ ハリハリづけ みそじる 〔主食〕 むぎごはん	3 さわらのさいきょうやき ひじきのいために おつきみしる 〔主食〕 もちげんまいごはん
6 たらとどうぶのあまがらめ にんじんのきんぴら のっぺいじる 〔主食〕 むぎごはん	7 だいがくも すのもの はんぺんとだいこんのもの 〔主食〕 はつがげんまいわかめごはん	8 ナムル とりにくだんご ごもくらーメンスープ 〔主食〕 いっしょくラーメン	9 さけのてりやき ごまあえ もみじのすましじる 〔主食〕 くりおこわ	10 グリーンサラダ ぶたにくのマリアナソース キャベツのスープ 〔主食〕 しょくパン(乳)(チョコクリーム(乳))
13 スポーツの白	14 あゆのかんに しょうがあえ さつまいものみそじる 〔主食〕 むぎごはん	15 にんじんサラダ ホイコーロー にらたまスープ(じよきょしよく) 〔主食〕 むぎごはん	16 あつあげのそぼろあんかけ わふうあえ ごもくじる 〔主食〕 むぎごはん	17 ★ ごぼうのサラダ ヨーグルト(乳) チリコンカン ジュリエンスープ 〔主食〕 しょくパン(乳)
20 あげどうぶのやさいあんかけ(たれべつづけ) にびたし とろろこんぶじる 〔主食〕 むぎごはん	21 はんぺんのしょうがだれかけ ゆかりあえ じゃがいものものに 〔主食〕 むぎごはん	22 ちゅうかサラダ こざかなのあまがらめ とうふチゲ 〔主食〕 もちげんまいごはん	23 ▲かきあげ(ノンエッグ) はくさいのおひたし ぶたじる 〔主食〕 むぎごはん	24 イタリアンサラダ ツナときのこのグラタン(乳) ミネストローネ 〔主食〕 くらコッパパン(乳)
27 ちゅうかいため ユーリンチー わかめスープ 〔主食〕 むぎごはん	28 ししゃものからあげ おかかあえ あきやさいのたきあわせ 〔主食〕 なめし	29 ブロッコリーのサラダ オムレツのトマトソースかけ ▲とうにゅうポタージュ(ノンミルク) 〔主食〕 コッパパン(乳)	30 おやきのみそだれかけ ぶどうゼリー かぼちゃのそぼろあんかけ(たれべつづけ) 〔主食〕 きつねうどん	31 だいこんサラダ こんこんスナック カレーシチュー(乳)(じよきょしよく) 〔主食〕 もちげんまいごはん

令和7年10月予定献立表

食育センター 養正調理場

日 曜 日	献 立 名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)						
	しゅしよく		しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
				肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの・きのこ	穀類・いも・さとう	油脂類	
	1 水	トマトまめまめごはん (むぎごはん・トマトまめまめごはんのぐ・いりたまご)		豚肉 ※粒状大豆 ※ひきわり大豆 ※赤みそ ※いりたまご ※粉かつお ※糸かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ	トマト かぼちゃ	しょうが ※冷凍えだまめ ごぼう だいこん 根深ねぎ 干し椎茸	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 ※小麦粉	※なたね油 ※黒ごま ※白ごま	
	2 木	むぎごはん	ちくわのあげがらめ	※焼き竹輪 ※ミニ厚揚げ ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	みずな にんじん	県産切干大根 ※たくあん たまねぎ 根深ねぎ	※麦ごはん さつまいも ※上白糖 ※でん粉	※なたね油	
	3 金	もちげんまいごはん	さわらのさいきょうやき	※さわら ※白みそ ※油揚げ ※月見かまぼこ	※牛乳 ※ひじき ※だしこんぶ	にんじん	※たけのこ水煮 ※冷凍えだまめ たまねぎ 根深ねぎ ※巨峰(小中)	米 もち玄米 ※上白糖 里芋	※なたね油	
	6 月	むぎごはん	たらとこやどうふのあまがらめ	※たら ※高野豆腐 豚肉 鶏肉 ※フレーク節	※牛乳	にんじん	しょうが ごぼう だいこん 根深ねぎ	※麦ごはん ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※糸こんにゃく 里芋	※なたね油	
	7 火	はつがげんまいわかめごはん	はんぺんとだいこんのもの	豚肉 ※小玉はんぺん ※フレーク節	※わかめごはんの素 ※牛乳	冷凍さやいんげん こまつな にんじん	だいこん 冷凍コーン	米 発芽玄米 ※つきこんにゃく ※上白糖 さつまいも ※水あめ	※なたね油 ※黒ごま	
	8 水	ごもくらーめん (いっしょくラーメン・ ごもくらーめんスープ)	とりにくだんご	豚肉 ※なると ※鶏肉だんご(しずく型)	※牛乳 わかめ	チンゲンサイ にんじん	しょうが にんにく キャベツ ※メンマ 根深ねぎ だいこん	※一食ラーメン ※上白糖	※なたね油 ※ごま油	
	9 木	くりおこわ	さけのてりやき	ごまあえ もみじのすましじる ぶどうゼリー(中)	※あずき水煮 ※さけ ※もみじ型かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ	ブロッコリー にんじん	しょうが キャベツ はくさい ※たけのこ水煮 しめじ 根深ねぎ	米 もちこめ(アルファー化米) ※上白糖 ※でん粉 ※ぶどうゼリー(中)	むき栗 ※なたね油 ※白ごま ※白すりごま
	10 金	食パン(乳) (チョコクリーム(乳))	ぶたにくのマリアナソース	グリーンサラダ キャベツのスープ	豚肉 鶏肉	※牛乳	しょうが にんにく きゅうり レタス キャベツ えのきたけ	※食パン ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも ※チョコクリーム	※なたね油 ※シーザードレ	
	14 火	むぎごはん	あゆのかんろに	※あゆ ※油揚げ ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん	※梅漬け きゅうり キャベツ しょうが はくさい えのきたけ	※麦ごはん ※水あめ ※上白糖 さつまいも		
	15 水	むぎごはん	ホイコーロー	にんじんサラダ にらたまスープ	豚肉 ※冷凍液卵 鶏肉	※牛乳	ピーマン にんじん パセリ にら	しょうが にんにく キャベツ 冷凍コーン はくさい	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※棒々鶏ドレ
	16 木	むぎごはん	あつあげのそぼろあんかけ	わふうあえ ごもくじる	※冷凍厚揚げ 豚肉 鶏肉 ※フレーク節	※牛乳	しょうが はくさい ごぼう だいこん 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※和風ドレ	
	17 金	食パン(乳)	チリコンカン	豚肉 ※鶏レバーそぼろ ※ひきわり大豆 ※白いんげん豆	※牛乳 ※ヨーグルト(幼小)	にんじん ※カットマト	にんにく しょうが たまねぎ ごぼう きゅうり だいこん エリンギ キャベツ	※食パン ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも	※なたね油 ※ごまドレ	
	20 月	むぎごはん	あげどうふのやさいあんかけ	にびたし とろろこんぶじる	※揚げ出し豆腐 ※オイルツナ 鶏肉 ※フレーク節	※牛乳 ※とろろ昆布	ピーマン こまつな にんじん	たまねぎ はくさい えのきたけ 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
	21 火	むぎごはん	はんぺんのしょうがだれかけ	じゃがいものにも ゆかりあえ	※はんぺん 豚肉 ※冷凍厚揚げ ※フレーク節	※牛乳 くきわかめ	冷凍さやいんげん	しょうが たまねぎ だいこん キャベツ 冷凍コーン	※麦ごはん ※でん粉 じゃがいも ※上白糖	※なたね油
	22 水	もちげんまいごはん	ござかなのあまがらめ とうふチゲ	ちゅうかサラダ	豚肉 ※いか短冊 ※冷凍角切り豆腐 ※赤みそ	※牛乳 ※味噌汁 小魚	にら チンゲンサイ	にんにく しょうが キャベツ ※キムチ きゅうり	米 もち玄米 ※上白糖 ※春雨	※なたね油 ※中華ドレ
	23 木	むぎごはん	▲かきあげ(ノンエッグ)	はくさいのおひたし ぶたじる	※半月スライスちくわ ※大豆水煮 豚肉 ※赤みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん かぼちゃ ほうれんそう	たまねぎ はくさい きゅうり だいこん ごぼう 根深ねぎ	米 麦 ※小麦粉 ※上白糖 里芋 ※板こんにゃく	※なたね油
	24 金	くろコッペパン(乳)	ツナときのこのグラタン(乳)	イタリアンサラダ ミネストローネ	※オイルツナ 豚肉	※牛乳 ※粉チーズ	パプリカ赤 にんじん ※カットマト	エリンギ しめじ たまねぎ 冷凍コーン だいこん レタス キャベツ にんにく	※黒コッペパン ※エルボマカロニ ※小麦粉 ※パン粉 じゃがいも	※なたね油 ※有塩バター ※イタリアンドレ ※オリーブ油
	27 月	むぎごはん	ユーリンチー	ちゅうかいため わかめスープ	鶏肉	※牛乳 わかめ	チンゲンサイ にら	しょうが にんにく 根深ねぎ たまねぎ 冷凍コーン 干しきくらげ えのきたけ ※たけのこ水煮 キャベツ	※麦ごはん ※でん粉 ※上白糖	※なたね油 ※ごま油
	28 火	なめし	ししゃものからあげ	あきやさいのたきあわせ おかかあえ	鶏肉 ※フレーク節 ※かつお削り節	※牛乳 ※ししゃも	にんじん 冷凍さやいんげん	しょうが れんこん ごぼう 干し椎茸 はくさい キャベツ きゅうり	米 麦 ※でん粉 ※上新粉 里芋 ※板こんにゃく ※上白糖	※なたね油
	29 水	コッペパン(乳)	オムレツのトマトソースかけ	ブロッコリーのサラダ ▲とうにゅうポタージュ(ノンミルク)	※オムレツ ※豆乳	※牛乳	※カットマト ※トマトピューレー ブロッコリー にんじん	レタス 冷凍コーン たまねぎ クリームコーン	※コッペパン ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも ※上新粉	※なたね油 ※ノンエッグマヨネーズ
	30 木	きつねうどん おやきのみそだれかけ		かぼちゃのそぼろあんかけ ぶどうゼリー(幼小) ヨーグルト(乳)(中)	鶏肉 ※かまぼこ ※油揚げ ※フレーク節 ※赤みそ 豚肉	※牛乳 ※だしこんぶ ※ヨーグルト(中)	かぼちゃ	えのきたけ キャベツ たまねぎ 根深ねぎ しょうが	※冷凍うどん ※はつしもおやき ※上白糖 ※上新粉 ※でん粉 ※ぶどうゼリー(幼小)	※なたね油
	31 金	もちげんまいごはん	カレーシチュー(乳)	こんこんスナック だいこんサラダ	豚肉	※牛乳 ※チーズ ※青のり粉	にんじん みずな	たまねぎ にんにく しょうが れんこん ごぼう だいこん	米 もち玄米 じゃがいも ※小麦粉 ※上新粉	※なたね油 ※有塩バター ※柑橘ドレ

この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。

幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

≪2025年10月分 学校給食 献立及び材料表≫				(幼稚園) 食育センター 養正調理場				(単位:グラム)			
日	10月1日 水	10月2日 木	10月3日 金	10月6日 月	10月7日 火	10月8日 水	10月9日 木	10月10日 金	10月14日 火	10月15日 水	10月16日 木
献立及び材料 (幼稚園)	むぎごはん	むぎごはん	もちげんまいごはん	むぎごはん	はつかげんまいわかめごはん	ラーメン	くりおこわ	しょくパン(乳)	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
	麦 6	※麦ごはん 60.5	米 54	※麦ごはん 60.5	米 54	※一食ラーメン 140	米 49.5	※食パン 40	※麦ごはん 60.5	麦 6	麦 6
	米 54	牛乳	もち玄米 6	牛乳	発芽玄米 6	牛乳	もちこめ(アルファー化米) 5.5	牛乳	牛乳	米 54	米 54
	牛乳	※牛乳 185	牛乳	※牛乳 185	※わかめごはんの素 0.7	※牛乳 185	※食塩 0.14	※牛乳 185	※牛乳 185	牛乳	牛乳
	※牛乳 185	ちくわのあげがらめ	※牛乳 185	たらとこうやどうふのおまがらめ	※酒 0.7	※酒 0.7	※酒 0.67	※酒 0.67	※酒 0.67	※酒 0.67	※酒 0.67
	トマトまめまめごはんのぐ	※焼き竹輪 21	さわらのさいきょうやき	※たら 21	※食塩 0.21	豚肉 14	むき栗 10.5	豚肉 35	※あゆ 30	ホイコーロー	あつあげのそぼろあんかけ
	豚肉 10.5	さつまいも 14	※さわら 35	※酒 1.4	牛乳	※なると 7	※あずき水煮 3.35	しょうが 0.14	※梅漬け 0.21	豚肉 28	※冷凍厚揚げ 35
	しょうが 0.7	※なたね油 3.5	※酒 1.4	※しょうゆ 0.7	※牛乳 185	しょうが 0.7	※上白糖 0.67	にんにく 0.14	※酒 7	※酒 0.7	※なたね油 0.35
	※なたね油 0.35	※しょうゆ 1.05	※白みそ 2.1	しょうが 0.7	はんぺんとだいこんのもの	にんにく 0.35	※食塩 0.07	※白ワイン 0.7	※しょうゆ 2.8	※しょうゆ 0.35	豚肉 8.4
	※粒状大豆 2.8	※みりん 0.7	※みりん 0.7	※でん粉 1.4	豚肉 17.5	キャベツ 14	水 71.07	※なたね油 0.7	※水あめ 2.1	しょうが 0.35	しょうが 0.21
	トマト 17.5	※上白糖 0.42	※しょうゆ 0.14	※上新粉 1.4	※小玉はんぺん 21	チンゲンサイ 7	くちなしの実 0.07	※ケチャップ 5.6	※上白糖 1.4	にんにく 0.35	※しょうゆ 1.05
	※ひきわり大豆 7	※でん粉 0.07	※上白糖 0.14	※高野豆腐 4.9	だいこん 35	※メンマ 10.5	牛乳	※ウスターソース 1.05	番茶 0.35	※なたね油 0.35	※酒 0.7
	※上白糖 0.7	水 7	※なたね油 0.7	※でん粉 1.4	※つきこんにやく 17.5	根深ねぎ 7	※牛乳 185	※上白糖 0.7	水 28	キャベツ 17.5	※上白糖 0.7
	※しょうゆ 1.05	ハリハリづけ	アルミカップ 1	※なたね油 4.2	冷凍さやいんげん 3.5	※鶏ガラスープの素 4.9	さけのてりやき	※マスタード 0.35	しょうががあえ	ピーマン 3.5	※みりん 0.49
	※赤みそ 2.8	県産切干大根 2.8	ひじきのいために	※しょうゆ 1.4	※しょうゆ 3.15	※鶏ガラスープ 0.7	※さけ 40	※でん粉 0.21	きゅうり 14	※テンメンジャン	※でん粉 0.21
	※酒 0.7	※たくあん 3.5	※ひじき 1.05	※みりん 0.7	※みりん 0.7	※しょうゆ 0.35	しょうが 0.7	グリーンサラダ	キャベツ 17.5	※酒 0.7	水 21
	※みりん 0.7	みずな 14	※たけのこ水煮 10.5	※上白糖 1.4	※上白糖 0.56	塩コショウ 0.07	※しょうゆ 0.56	こまつな 10.5	しょうが 0.7	※上白糖 0.7	わふうあえ
	※冷凍えだまめ 3.5	※しょうゆ 0.35	※冷凍えだまめ 7	※でん粉 0.21	※フレーク節 0.7	水 84	※酒 1.4	きゅうり 10.5	※しょうゆ 1.4	※豆板醤 0.01	こまつな 17.5
	※でん粉 0.35	※上白糖 0.7	※油揚げ 3.5	水 5.6	※酒 1.4	とりにくだんご	※なたね油 0.7	レタス 14	※みりん 0.7	※しょうゆ 0.35	はくさい 17.5
	水 0.7	※酢 1.4	※しょうゆ 1.05	にんじんのきんぴら	水 28	※鶏肉だんご(しずく型) 20	※しょうゆ 1.26	※シーザードレ 3.5	さつまいものみそしる	※なたね油 0.35	※和風ドレ 2.8
	いりたまご	みそしる	※みりん 0.7	豚肉 7	すのもの	※なたね油 1.05	※みりん 0.7	キャベツのスープ	さつまいも 14	にんじんサラダ	ごもくじる
	いりたまごべつづけ	※ミニ厚揚げ 17.5	※上白糖 0.35	にんじん 17.5	こまつな 14	ナムル	※上白糖 0.56	鶏肉 7	にんじん 7	にんじん 28	鶏肉 8.4
	※いりたまご 7	たまねぎ 10.5	※なたね油 0.21	※糸こんにやく 7	にんじん 10.5	わかめ 0.21	※でん粉 0.21	じゃがいも 10.5	はくさい 14	パセリ 0.49	ごぼう 10.5
	かぼちゃのごまあげ	にんじん 7	おつきみしる	※みりん 0.7	冷凍コーン 7	にんじん 8.4	水 4.2	キャベツ 17.5	えのきたけ 7	※棒々鶏ドレ 3.5	だいこん 10.5
	かぼちゃ 20	根深ねぎ 7	里芋 14	※しょうゆ 1.05	※上白糖 0.56	だいこん 21	ごまあえ	えのきたけ 7	※油揚げ 2.1	にらたまスープ	にんじん 7
	※小麦粉 4.9	※煮干し 1.4	※月見かまぼこ 7	※上白糖 0.35	※しょうゆ 0.7	※しょうゆ 0.84	キャベツ 10.5	乾燥パセリ 0.01	※煮干し 1.4	※冷凍液卵 14	根深ねぎ 7
	※粉かつお 0.14	※赤みそ 2.8	にんじん 7	一味唐辛子 0.01	※酢 1.05	※上白糖 0.56	プロッコリー 14	※コンソメ 0.7	※赤みそ 2.8	鶏肉 10.5	※フレーク節 1.4
	※黒ごま 1.05	※白みそ 2.8	たまねぎ 10.5	※なたね油 0.7	だいがくいも	※ごま油 0.21	にんじん 7	※しょうゆ 0.84	※白みそ 2.8	にら 7	※白しょうゆ 1.75
	※白ごま 0.35	水 77	根深ねぎ 7	のっぺいじる	さつまいも 31.5	※酢 0.7	※上白糖 0.35	塩コショウ 0.07	水 77	冷凍コーン 7	※しょうゆ 0.35
	※なたね油 2.1		※しょうゆ 1.4	鶏肉 7	※なたね油 2.8		※みりん 0.35	水 77		はくさい 7	※食塩 0.07
	すましじる		※白しょうゆ 1.05	ごぼう 10.5	※しょうゆ 0.56		※しょうゆ 1.05	チョコクリーム(乳)		※しょうゆ 1.4	水 63
	ごぼう 10.5		※みりん 0.7	だいこん 14	※上白糖 2.8		※白ごま 0.7	※チョコクリーム 15		※中華スープの素 0.7	
	だいこん 14		※だしこんぶ 1.4	里芋 7	※水あめ 1.4		※白すりごま 0.7			塩コショウ 0.07	
	※糸かまぼこ 7		※食塩 0.07	根深ねぎ 7	※黒ごま 0.49		もみじのすましじる			※でん粉 0.14	
	根深ねぎ 7		水 77	※しょうゆ 1.05	水 2.8		はくさい 14			水 77	
	干し椎茸 0.21			※白しょうゆ 1.4			※たけのこ水煮 7				
	※だしこんぶ 1.4			※食塩 0.07			しめじ 7				
	※しょうゆ 0.35			※フレーク節 1.4			※もみじ型かまぼこ 7				
	※白しょうゆ 1.75			※でん粉 0.14			根深ねぎ 7				
	※食塩 0.07			水 77			※白しょうゆ 1.75				
	水 63						※しょうゆ 0.35				
							※食塩 0.07				
							※だしこんぶ 1.4				
							水 77				
	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
幼稚園	487 1.3	483 1.6	457 1.4	501 1.4	508 1.6	454 2.4	444 1.7	471 1.8	475 1.6	464 1.3	445 1

日	10月17日 金	10月20日 月	10月21日 火	10月22日 水	10月23日 木	10月24日 金	10月27日 月	10月28日 火	10月29日 水	10月30日 木	10月31日 金
献立及び材料 (幼稚園)	しょくパン(乳)	むぎごはん	むぎごはん	もちげんまいごはん	むぎごはん	くろこツッパン(乳)	むぎごはん	なめし	コッペパン(乳)	きつねうどん	もちげんまいごはん
	※食パン 40	麦 6	※麦ごはん 60.5	米 54	麦 6	※黒コッペパン 40	※麦ごはん 60.5	米 54	※コッペパン 40	※冷凍うどん 59.5	米 54
	牛乳	米 54	牛乳	もち玄米 6	米 54	牛乳	牛乳	麦 6	牛乳	鶏肉 14	もち玄米 6
	※牛乳 185	牛乳	※牛乳 185	牛乳	牛乳	※牛乳 185	※牛乳 185	※酒 0.7	※牛乳 185	※かまぼこ 7	牛乳
	チリコンカン	※牛乳 185	はんぺんのしょうがたれかけ	※牛乳 185	※牛乳 185	ツナときのこのグラタン(乳)	ユーリンチー	※食塩 0.21	オムレツのトマトソースかけ	※油揚げ 5.6	※牛乳 185
	豚肉 24.5	あげどうふのやさいあんかけ	※はんぺん 25	とうふチゲ	▲かきあげ(ノンエッグ)	※エルボマカロニ 5.6	鶏肉 31.5	※なめしの素 0.63	※オムレツ 40	えのきたけ 7	カレーシチュー(乳)
	※鶏レバーそぼろ 2.1	※揚げ出し豆腐 小 45	※なたね油 0.7	豚肉 21	※半月スライスちくわ 7	エリンギ 7	しょうが 0.7	牛乳	※なたね油 0.7	キャベツ 7	じゃがいも 28
	ナツメグ 0.01	※なたね油 3.5	しょうが 0.35	※いか短冊 14	にんじん 3.5	しめじ 7	にんにく 0.35	※牛乳 185	※カットマト 5.6	たまねぎ 7	たまねぎ 35
	にんにく 0.21	たれべつづけ	※しょうゆ 1.3	にんにく 0.21	かぼちゃ 14	※オイルツナ 8.4	※酒 1.4	ししゃものからあげ	※トマトビュレー 7	根深ねぎ 7	にんじん 14
	しょうが 0.35	たまねぎ 7	※みりん 0.35	しょうが 0.35	たまねぎ 21	※白ワイン 0.35	※しょうゆ 0.7	※ししゃも 20	※ケチャップ 2.8	※フレーク節 1.4	豚肉 14
	※赤ワイン 0.7	ピーマン 3.5	※でん粉 0.14	しょうが 0.35	※大豆水煮 4.9	たまねぎ 14	塩コショウ 0.07	※でん粉 1.4	※ウスターソース 0.21	※だしこんぶ 0.7	※なたね油 0.35
	にんじん 7	※しょうゆ 1.05	水 3.5	キャベツ 28	※食塩 0.14	冷凍コーン 5.6	※でん粉 5.6	※上新粉 0.7	※しょうゆ 0.14	※しょうゆ 4.2	にんにく 0.35
	たまねぎ 21	※液体かつおだし 0.14	じゃがいものものに	にら 7	※小麦粉 10.5	※なたね油 0.35	※なたね油 3.5	※なたね油 2.8	※上白糖 0.14	※みりん 0.7	しょうが 0.7
	※ひきわり大豆 7	※みりん 0.7	豚肉 17.5	※キムチ 5.6	※ベーキングパウダー 0.14	※洋風スープの素 0.35	根深ねぎ 1.4	あきやさいのたきあわせ	※でん粉 0.14	※食塩 0.07	※小麦粉 3.5
	※白いんげん豆 3.5	※上白糖 0.35	※冷凍厚揚げ 14	※コチジャン 0.7	※なたね油 2.8	※牛乳 14	※しょうゆ 1.4	鶏肉 10.5	塩コショウ 0.04	水 70	※有塩バター 3.5
	※なたね油 0.35	※でん粉 0.21	じゃがいも 35	※赤みそ 1.4	はくさいのおひたし	※有塩バター 2.1	※上白糖 0.35	しょうが 0.35	プロッコリーのサラダ	牛乳	※カレー粉 0.35
	塩コショウ 0.07	水 7	たまねぎ 28	※しょうゆ 0.7	はくさい 17.5	※小麦粉 2.1	※酢 0.7	里芋 10.5	プロッコリー 17.5	※牛乳 185	※チーズ 1.4
	※ケチャップ 7	にびたし	くさわかめ 0.35	※みりん 0.7	きゅうり 10.5	塩コショウ 0.11	※しょうが 0.21	※ごま油 0.7	にんじん 7	おやきのみそだれかけ	※洋風スープの素 0.7
	※カットマト 7	こまつな 14	冷凍さやいんげん 3.5	※上白糖 0.21	ほうれんそう 7	※パン粉 0.7	れんこん 17.5	水 3.5	レタス 7	※はつしもおやき 55	※しょうゆ 2.1
	※上白糖 0.35	はくさい 17.5	※しょうゆ 3.5	※中華スープの素 1.05	※上白糖 0.35	※粉チーズ 1.75	ごぼう 17.5	干し椎茸 0.7	※ノンエッグマヨネーズ 2.8	※なたね油 0.7	※ウスターソース 2.8
	※ウスターソース 1.4	※オイルツナ 5.6	※上白糖 1.4	塩コショウ 0.07	※みりん 0.7	アルミカップ 1	ちゅうかいため	※板こんにやく 14	▲とうじゅうボタージュ(ノンミルク)	※上白糖 3.5	※ケチャップ 3.5
	※しょうゆ 0.35	※液体かつおだし 0.21	※みりん 0.7	水 42	※しょうゆ 1.05	イタリアンサラダ	たまねぎ 14	※しょうゆ 3.15	冷凍コーン 7	※しょうゆ 0.7	※牛乳 14
	※洋風スープの素 0.56	※しょうゆ 0.7	※フレーク節 0.7	こざかなのあまがらめ	※液体かつおだし 0.21	だいこん 17.5	冷凍コーン 7	※しょうゆ 1.05	たまねぎ 35	※みりん 2.8	オールスパイス 0.01
	※チリパウダー 0.01	※上白糖 0.21	水 14	※味噌汁け小魚 3.5	ぶたじる	レタス 14	チンゲンサイ 14	※しょうゆ 0.7	じゃがいも 17.5	※酒 2.1	クローブ 0.01
	※でん粉 0.35	※みりん 0.35	ゆかりあえ	※なたね油 0.07	豚肉 14	パプリカ赤 2.1	千切きくらげ 0.21	※上白糖 1.05	クリームコーン 28	※赤みそ 1.4	ナツメグ 0.01
	ごぼうのサラダ	とろろこんぶじる	だいこん 14	※しょうゆ 0.42	里芋 7	※イタリアンドレ 2.8	塩コショウ 0.07	※みりん 0.7	乾燥パセリ 0.01	水 2.1	ロリエ 0.01
	ごぼう 16.1	鶏肉 7	キャベツ 14	※上白糖 0.63	だいこん 14	ミネストローネ	※鶏ガラスープ 0.14	※フレーク節 0.7	※豆乳 21	かぼちゃのそぼろあんかけ	塩コショウ 0.07
	きゅうり 14	にんじん 7	冷凍コーン 3.5	※酒 0.42	ごぼう 7	キャベツ 17.5	※かき油 0.28	水 21	※洋風スープの素 0.7	かぼちゃ 21	水 35
	※ごまドレ 2.8	えのきたけ 7	※ゆかり粉 0.35	水 0.06	※板こんにやく 3.5	じゃがいも 14	※しょうゆ 0.35	おかかあえ	塩コショウ 0.14	※上新粉 2.8	こんこんスナック
	ジュリエンスープ	根深ねぎ 7	※食塩 0.04	ちゅうかサラダ	根深ねぎ 3.5	豚肉 7	※なたね油 0.35	はくさい 14	※なたね油 0.7	※なたね油 3.5	れんこん 7
	だいこん 10.5	※フレーク節 1.4		チンゲンサイ 17.5	※赤みそ 5.6	にんじん 7	わかめスープ	キャベツ 14	※上新粉 0.07	たれべつづけ	ごぼう 14
	じゃがいも 7	※しょうゆ 1.05		きゅうり 10.5	※煮干し 1.4	※カットマト 14	わかめ 0.35	きゅうり 7	水 56	豚肉 7	※上新粉 2.8
	エリンギ 7	※白しょうゆ 1.4		※春雨 2.8	水 77	※オリーブ油 0.21	えのきたけ 7	※しょうゆ 1.05		しょうが 0.7	※なたね油 2.1
	キャベツ 14	※食塩 0.07		※中華ドレ 2.8		にんにく 0.14	にんにく 0.14	※みりん 0.35		※しょうゆ 1.4	※食塩 0.07
	※しょうゆ 0.56	※とろろ昆布 1.35				※コンソメ 0.56	キャベツ 7	※上白糖 0.21		※上白糖 0.7	※青のり粉 0.07
	※コンソメ 0.7	水 77				※しょうゆ 0.7	にら 5.6	※かつお削り節 0.21		※みりん 0.7	だいこんサラダ
	塩コショウ 0.07					塩コショウ 0.07	※しょうゆ 1.05			※でん粉 0.21	だいこん 24.5
	水 77					水 56	※中華スープの素 0.7			水 3.5	みずな 10.5
	ヨーグルト(乳)(幼小)					塩コショウ 0.07				ぶどうゼリー(幼小)	※柑橘ドレ 2.8
	※ヨーグルト 65					水 77				※ぶどうゼリー 60	
	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
幼稚園	482 2.3	442 1.1	491 1.6	449 1.4	489 1.2	469 1.6	489 1.5	468 1.6	471 1.7	503 1.8	513 1.4

*エネルギーの単位はKcalです。
*塩分の単位はgです。
*ドレッシングの表記は〇〇ドレになっています。

*食材の分量は、幼稚園の分量になっています。
*入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。
*牛乳は、精華愛児幼稚園・明和幼稚園はビン牛乳(180ml)、養正幼稚園はパック牛乳(200ml)です。