## 2025年10月 献立表

## もずめこども園・もずめクラブ

	27日	()	月)	14・28 日	()	火)	1・15・29日	(水)	2・16・30日	(7	<b>k</b> )	3・17・31 日	(3	<b>金</b> )	4•18 日	(=	L)				
	きのこカレー			みそラーメン			ロールパン		ごはん			ごはん			あんかけそぼ	<u>5</u> 井					
	ヨーグルトサラタ	ľ		  セロリのごま和え	Ī.		かぼちゃシチュ	_	鶏肉のねぎ焼き			サケの照り焼き			わかめスープ	_					
							切干大根のツナ		キャベツのじゃこ		れんこんのサラ	ぢ									
							93 1 7(1)(0) 2 7	11170	さつま芋のみそ汁			わかめのみそ汁									
		乳児	幼児	材料	乳児	幼児	材料	乳児 幼児		乳児	幼児	材料		幼児	材料	乳児	幼児				
	米	g 40	g 50	中華麺	g 50	g 60	ロールパン	g g 20 40		g 40	g 50	米	g 40	g 50		g 40	g 50				
	牛肉	26	35	豚肉	20	35						-			鶏ミンチ	26	35				
	たまねぎ	45	60	キャベツ	21	26	ウィンナー	20 25	鶏肉	40	50	サケ	40	50	たまねぎ	26	35				
	にんじん	11	15	にんじん	9.7	15	たまねぎ	38 50	白ねぎ	0.8	1.1	しょうゆ	1.2	1.6	もやし	10	15				
	しめじ	35.0 6.0	45	生姜 ねぎ			かぼちゃ	33 43	生姜	0.1	0.2	みりん	1.2	1.6	にんじん	7.5	10				
			7			1.8	にんじん	5 7	にんにく	0.1	0.1	酒	0.7	0.8	チンゲン菜	2.3					
	えりんぎ	6.0	7	油	0.4	0.5	油	0.5 0.6	片栗粉	4	5.4				生姜	0.1	0.2				
	りんご	10.1	13	みそ	6	8	牛乳	53 70	しょうゆ	0.9	1.3	れんこん	7.5	15	油	0.5	0.6				
	セロリ	1.6	2	削り節昆布だし	140	180	コンソメ	0.5 0.6	砂糖	0.8	1.1	キャベツ	7.5	15	中華だし	0.4	0.5				
	生姜	0.1	0.2				小麦粉	1.5 2	米酢	0.8	1.1	にんじん	3.8	5	しょうゆ	0.4	0.5				
	にんにく	0.1	0.2	小松菜	11	15	水	1.5 2	みりん	0.8		ツナ	8.2	11	片栗粉	0.9	1.2				
	油	0.5	0.6	きゅうり	11				ごま油	0.1	0.2	ごま	0.8	1	水	38	50				
	ケチャップ	4.5		にんじん	7.5	10	切干大根	3.7 4.8				マヨドレ	2.3								
	ウスターソース	2.3	3	セロリ	3.2	4	きゅうり	7.5 10	キャベツ	23	30	しょうゆ	0.3	0.4	たまねぎ	10	15				
昼食	砂糖	2	3	ちりめんじゃこ	3.8	5	にんじん	6 8	にんじん	4.5	6				わかめ	0.1	0.1				
	しょうゆ	2		ごま			ツナ		小松菜	7.5		わかめ	0.1	0.1	中華だし		0.6				
	クミン	0.3		薄口しょうゆ	0.9	1.2	マヨドレ	2.3 3	ちりめんじゃこ	3.8	5	たまねぎ	11	15	ごま油	0.1	0.2				
	カレ一粉	0	0	米酢	0.9	1.2	しょうゆ	0.2 0.3	ごま	0.8	1	みそ	3	4	塩	0.1	0.1				
	小麦粉	2		砂糖	0.4	0.5	砂糖		しょうゆ	0.6	0.8	削り節昆布だし	90	120	水	90	120				
	豆乳	15.0	20						砂糖		0.3										
	水	15.0	20																		
									木綿豆腐	20	25										
	キャベツ	11.0	15						さつま芋	11	15										
	きゅうり	11.0	15						たまねぎ	11	15										
	りんご								みそ	3	4										
	みかん缶	7.5	10.0						削り節昆布だし	90	120										
	豆乳ヨーグルト	_	6.5						13,72,23,17,23												
	マヨドレ				$\pm$																
		2	3		$\overline{}$							1									
		2	3	みんな					→乗号は可名	) = <i>4</i>		のうた合べられる	並公	か量)	ズテリアいま-						
		2	3									<u> </u> のうち食べられる - 「0 0   と示				<b>.</b>	1				
		2	3	みんな	-				* 少量, 適量 (食塩, z	iii の場 kなど	合に )	「0.0」と示	して	います	t.	<b>.</b>					
		2	3	みんな					*少量,適量 (食塩, z *もずめクラ	量の場 kなど ラブは	合に ) 、お		して	います	t.	<b>.</b>					
	_	2	3	みんな		1	<u> </u>		* 少量, 適量 (食塩, z * もずめクラ (長期休暇	量の場 kなど ラ ブは は除く	合に ) 、お )	「0.0」と示やつの牛乳がお茶	してにな	いますります	t. t.	<del>-</del> .					
	<u></u>	2	3	みんな		1	<b>(b)</b> A	1.	* 少量, 適量 (食塩, z * もずめクラ (長期休暇	量の場 kなど ラ ブは は除く	合に ) 、お )	「0.0」と示	してにな	いますります	t. t.	<del>,</del>					
	<u></u>	2	3	ー緒やデー		1	<b>*</b>	1.	*少量,適量 (食塩, 2 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと	量の場 kなど ラ ブは は除く	合に ) 、お )	「0.0」と示やつの牛乳がお茶材は、必ずお家で	してにな	いますります	す。 す。 いてください。	j.					
	牛乳	2	3	みんな		1	牛乳	1.	* 少量, 適量 (食塩, z * もずめクラ (長期休暇	量の場 kなど ラ ブは は除く	合に ) 、お )	「0.0」と示やつの牛乳がお茶	してにな	いますります	t. t.	す。 					
	牛乳秋の果物ケーキ	4	3	ー緒やデー		1	牛乳コーンスナック	1.	*少量,適量 (食塩, 2 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと	量の場 kなど ラ ブは は除く	合に ) 、お )	「0.0」と示やつの牛乳がお茶材は、必ずお家で	してにな	います	t。 す。 いてください。 お茶	J.					
	1	4	3	みんな 一緒やデー		1		1.	*少量,適調 (食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと	量の場 kなど ラ ブは は除く	合に ) 、お )	「0.0」と示 やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で <b>牛乳</b>	して にな 試し つま芋	いま? りま? ておい	t。 す。 いてください。 お茶	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·					
	秋の果物ケーキ	4	d	お茶 おこわおにぎり		幼児	コーンスナック	乳児 幼児	*少量,適量 (食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと 牛乳 ポンデケージョ	量の場 kなど ラブは は除く がな	合に ) 、 ) い食	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきさ 31日うずまきかに	して にな 式し つま芋 <b>ょちゃ</b>	いますりますておい	t。 す。 いてください。 お茶 梨		幼児				
	秋の果物ケーキ	乳児g	幼児g	みんな 一緒やデー お茶 おこわおにぎり	乳児g	幼児g	コーンスナック 材料	乳児 幼児	*少量,適量 (食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと 牛乳 ポンデケージョ	量の場となっています。 R な ブ 除 な ご れ な ご 乳 児 g	合)、)い 幼 g	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきさ 31日うずまきかに 材料	して にな す ま り ま り れ り れ り れ り り り り り り り り り り り	います り て お い れ イ イ り g	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料	乳児g	g				
	秋の果物ケーキ	乳児g	幼児	みんな 一緒やデー お茶 おこわおにぎり 材料 米	乳児 g 15	g 20	コーンスナック 材料 牛乳		*少量,適量 (食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと 牛乳 ポンデケージョ	量の場となっています。 R な ブ 除 な ご れ な ご 乳 児 g	合)、)い 幼 g	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきさ 31日うずまきかに 材料 牛乳	して にな す ま り ま り れ り れ り れ り り り り り り り り り り り	います りょう おいま おいま おいま おいま かん イータ 切り かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう しゅうしゅう しゅう	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料	乳児	g				
	秋の果物ケーキ材料	乳児g	幼児 g 130	お茶 おこわおにぎり 材料 米 もち米	乳児g	20 20	コーンスナック 材料 牛乳	g g 100 130	*少量,適量 (食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと 牛乳 ポンデケージョ	量の場となっています。 R な ブ 除 な ご れ な ご 乳 児 g	合)、)い 幼 <sub>屋</sub> 130	「0.0」と示 やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきから 材料 牛乳 3・17日	して にな <b>つま</b> 芽 乳児 100	います。 ておい <b>オイパイ</b> 幼児 <sub>度</sub> 130	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料	乳児	g				
	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 柿	乳児 g 1000	幼児 g 130	お茶 おこわおにぎり 材料 米 もち米 焼き豚	乳児 g 15	20 20 10	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク	g g 100 130 9 12	*少量,適量 (食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと 牛乳 ポンデケージョ 材料 牛乳 白玉粉	量の場となっています。 R な ブ 除 な ご れ な ご 乳 児 g	合 ( ( 合 ( お ) ( か ) ( は ( は ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) (	「0.0」と示 やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきさ オ料 牛乳 3・17日 パイシート	して に に ま す り ま り り り り り り り り り り り り り り り り	います ります ておい <b>がイ</b> 幼児 <sub>8</sub> 130	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ材料	乳児 8 100	幼児 g 130	お茶 おこわおにぎり 材料 米 もち米	乳児 g 15 15 8 3.9	20 20 10 5.8	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適適。 7 (食塩, 7 (表)	in 場になっています。	合に )、)) か見 130 20	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきさ 31日うずまきから 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつま芋	して にな <b>つま</b> 芽 乳児 100	います ります ておい <b>がイ</b> 幼児 <sub>8</sub> 130	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 柿 小麦粉 卵	乳児 g 1000	幼児 g 130 13 20 9.3	お茶 おこわおにぎり 材料 米もち米 焼き豚 にんじん 椎茸	乳児 g 15 15	20 20 10 5.8	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適量 *(食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	in は	合 う 、 ) 、 ) の 食 幼児 130 10 10	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきさ 31日うずまきから 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつま芋 白あん	して に に ま す り ま り り り り り り り り り り り り り り り り	います。 ておいります。 ておい パイ 幼児 130 21 16 5	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 柿 小麦粉 卵 牛乳	乳児 g 100 10 15	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3	お茶 おこわおにぎり 材料 米もち米 焼き豚 にんじん 椎茸 ひじき	乳児 g 15 15 8 3.9	20 20 10 5.8	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適適。 7 (食塩, 7 (表)	il の場となっています。	合 う 、 ) 、 ) の 食 幼児 130 10 10	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきさ 31日うずまきから 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつま芋	して にな 式 うま 等 り り り り り り り り り り り り り り り り り り	います。 ておいります ておい がよ 130 21 16 5	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 柿 小麦粉 卵	乳児 g 100 15 7	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3 6	お茶 おこわおにぎり 材料 **もちき にんじん 椎茸 ひじき 油	乳児 <sub>g</sub> 15 15 8 3.9 3	20 20 10 5.8 4	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適量 *(食塩, 7 *もずめクラ (長期休暇 *食べたこと ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	il の場となっています。	合 う 、 ) 、 ) の 食 幼児 130 10 10	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきから 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつます 白あん 豆乳	して にな つま 等 <sup>乳g</sup> 100 14 12 3.8	います。 ておいります ておい がよ 130 21 16 5	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 柿 小麦粉 卵 牛乳	乳児 g 1000 10 15 7	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3 6	お茶 おこわおにぎり 材料 米もち米 焼き豚 にんじん 椎茸 ひじき	乳児 g 15 15 8 3.9 3 1 0.3	20 20 10 5.8 4	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適調************************************	置の場となっています。 取りませんではいますが、 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 できまれる。 できまる。 できまる。 できまる。 できる。 でる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。	合に )、) ) ) ) ) ) 食 130 10 6	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきから 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつます 白あん 豆乳	して にな つま 等 <sup>乳g</sup> 100 14 12 3.8	います。 ておいります ておい がよ 130 21 16 5	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 柿 小麦粉 卵 牛乳 バター	乳児 <sub>g</sub> 100 15 7 7 4 4.5	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3 6 7	お茶 おこわおにぎり 材料 **もちき にんじん 椎茸 ひじき 油	乳児 <sub>g</sub> 15 15 8 3.9 3 1 0.3 0.8	20 20 10 5.8 4 1	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適調************************************	置の場となっています。 取りませんではいますが、 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 できまれる。 できまる。 できまる。 できまる。 できる。 でる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。	合に )、) ) ) ) ) ) 食 130 10 6	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきから 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつま井 白あん 豆乳	して にな つま 等 <sup>乳g</sup> 100 14 12 3.8	いまでおいります。 でおい がイ 幼児 B 130 21 16 5 2	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	乳児 <sub>g</sub> 100 15 7 7 4 4.5	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3 6 7	お茶 おこか 材料 米 も たき と じん 化 世 で と は さ と か に き と は 油 酒	乳児 <sub>度</sub> 15 15 8 3.9 3 1 0.3 0.8 0.4	20 20 10 5.8 4 1 0.4 0.6	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適調************************************	置の場となっています。 取りませんではいますが、 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 できまれる。 できまる。 できまる。 できまる。 できる。 でる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。	合に )、) ) ) ) ) ) 食 130 10 6	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきから 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつまた 白あん 豆乳 31日	して にな で ま す り り り り り り り り り り り り り り り り り り	いまで でおい がイイ 幼児 130 21 16 5 2	す。 す。 いてください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	乳児 <sub>g</sub> 100 15 7 7 4 4.5	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3 6 7	お茶 おこわおにぎり 材料 米 もちきにんじん 椎茸 ひじき 油 酒 薄口しょうゆ	乳児 <sub>度</sub> 15 15 8 3.9 3 1 0.3 0.8 0.4	20 20 10 5.8 4 1 0.4 0.6 0.5	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適調************************************	置の場となっています。 取りませんではいますが、 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 できまれる。 できまる。 できまる。 できまる。 できる。 でる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。	合に )、) ) ) ) ) ) 食 130 10 6	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきか! 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつま芋 白あん 豆乳 31日 パイシート	して にな で ま す り り り り り り り り り り り り り り り り り り	いまっておい でおい がイ 幼児 1300 211 166 5 2 211 16	す。 す。 ってください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	乳児 <sub>g</sub> 100 15 7 7 4 4.5	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3 6 7	お茶 おこわおにぎり 材料 米 もちきにんじん 椎茸 ひじき 油 酒 薄口しょうゆ	乳児 <sub>度</sub> 15 15 8 3.9 3 1 0.3 0.8 0.4	20 20 10 5.8 4 1 0.4 0.6 0.5	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7	*少量,適調************************************	置の場となっています。 取りませんではいますが、 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 取りませんでする。 できまれる。 できまる。 できまる。 できまる。 できる。 でる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。	合に )、) ) ) ) ) ) 食 130 10 6	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきかに 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつま芋 白あん 豆乳 31日 パイシート かぼちゃ	して にな で ま す り で り り り り り り り り り り り り り り り り り	いまっておい でおい がイ 幼児 130 21 16 5 2 21 16 5	す。 す。 ってください。 お茶 梨 材料 梨	乳児	g				
おやつ	秋の果物ケーキ 材料 牛乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	乳児g 1000 15 7 7 4 4.5	幼児 g 130 13 20 9.3 9.3 6 7	お茶 おこわおにぎり 材料 米 もちきにんじん 椎茸 ひじき 油 酒 薄口しょうゆ	乳児 g 15 15 8 3.9 3 1 0.3 0.8 0.4 0.1	20 20 10 5.8 4 1 0.4 0.6 0.5	コーンスナック 材料 牛乳 コーンフレーク マシュマロ バター	g g 100 130 9 12 6.6 8.7 2.3 3	*少量,適調************************************	置の場とでは、 ・	合に )、) ) ) ) ) ) 食 130 10 6	「0.0」と示やつの牛乳がお茶 材は、必ずお家で 牛乳 3・17日うずまきかに 材料 牛乳 3・17日 パイシート さつま芋 白あん 豆乳 31日 パイシート かぼちゃ 白あん	して でまちゃ、 乳g 100 14 12 3.8 1.5	いまっておい でおい がイ 幼児 130 211 166 5 2 211 166 5	す。 す。 ってください。 お茶 梨 材料 梨	乳児 8 38	g				

日(曜日)	6・20 日	( )	月)	7•21 日	()	火)	8•22日	(7	<u>k</u> )	9・23日	(7	<u>†)</u>	10・24.日	(3	<del>〕</del> )	11・25 日	(=	E)	
	ごはん			麻婆豆腐丼			ベーコンのクリー	ームバ	スタ	ごはん			ごはん			ハヤシライス			
	カレイのごまみそ焼き じゃこの中華和え 豆腐のすまし汁			 オクラの塩昆布	和え		ひじきのサラダ			鶏肉のパン粉焼き			  肉豆腐			コンソメスープ			
									春雨サラダかぼちゃのみそ汁			切干大根のみそ	-;+						
												33 1 7 (120) 0	. , ,						
			幼児	11.61	到旧	幼児	Lidel	到旧	幼児			幼児	Linki	到原	幼児	Lidel	乳児	幼児	
	材料	g	g	材料	g	g	材料	g	g	材料	g	g	材料	g	g	材料	g	g	
	米	40			40		スパゲティ	30	40	米	40	50	米	40	50	米	40		
				豚ミンチ	30		ベーコン	13								牛肉	20		
	カレイ	40		木綿豆腐	40		クリームコーン	16		鶏肉	40		牛肉	26		たまねぎ	23		
	生姜	0.4		たまねぎ	19		コーン	7.5		マヨドレ			木綿豆腐	40		にんじん	11		
	みりん 酒	1.7		にんじん れんこん	7.5		たまねぎ 小松菜	26		しょうゆ 生姜	1.1		たまねぎ にんじん	20		にんにく ケチャップ	0.3		
	みそ	1.4		ねぎ	7.5 3.8		小松米にんじん	7.5 7.5		生姜にんにく	0.2		ねぎ	7.5 4		ウスターソース	8	10	
	ごま	0.8		生姜	0.2		豆乳	45		パン粉	2.4		油	0.4		コンソメ	0.4		
	ごま油	0.8		にんにく	0.2			0.4			2.4	3	しょうゆ	2		しょうゆ	0.4		
	砂糖	0.4		ごま油	0.4		コンソメ			キャベツ	12	15	砂糖	1		砂糖	0.8		
	P2 1/12	0.1		みそ	2.5		小麦粉			きゅうり	7.5			0.8		油	0.5		
	ちりめんじゃこ	3.8		砂糖	1.4			_		にんじん	3.8		みりん	0.8		小麦粉	2.3		
	キャベツ	15		しょうゆ	1.2		ひじき	2	2.3	ハム	4		削り節昆布だし	50		水	2.3		
	きゅうり	11	15	酒	0.4	0.5	きゅうり	7.5	10	春雨	3.2								
昼食	にんじん	7.5	10	片栗粉	2.3	3	にんじん	5.3	7	ごま	1.2	1.5	さつま芋	11	15	じゃが芋	15	20	
	米酢	1.1	1.5	水	38	50	ツナ	9	12	米酢	1.4	1.8	切干大根	0.9	1.2	たまねぎ	7.5	10	
	薄口しょうゆ	0.5	0.6				マヨドレ	2.3	3	薄口しょうゆ	1.4		みそ	3	4	コンソメ	0.5	0.6	
	砂糖	0.5	0.6	きゅうり	17	22	しょうゆ	0.3	0.4	砂糖	0.6	0.7	削り節昆布だし	90	120	水	90	120	
	ごま油	0.1	0.2	にんじん	11	15													
				オクラ	7.5	8				かぼちゃ	23	30							
	木綿豆腐	25		塩昆布	0.5					たまねぎ	11								
	わかめ	0.1		しょうゆ	0.8					みそ	3.0								
	薄口しょうゆ	1.4	1.9	ごま油	0.2	0.3				削り節昆布だし	90	120							
	削り節昆布だし	00	120																
	<b>(h) (c)</b>	4				<b>A</b>	A.	•	1	dia Ann	4 /	do		•		<b>♠ A</b> •• <b>A</b>	1		
	4.50		4	4.50	•		45.44	•	-	4.50			4.50	411	3	45.44	-		
	牛乳			牛乳			お茶			牛乳			牛乳			お茶			
	6日お月見クッキー						おさつポテト			きなこプリン			クラッカーサンド 			ポテト			
	20日クッキー			21日きな粉クリームサンド			カルシウム小魚												
	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児 g	材料	乳児 g	幼児	
	牛乳	_		牛乳	_	_	さつま芋	55	70	牛乳	_	_	牛乳	_		じゃがいも	57	75	
							油	0.5								油	0.5		
45.15	小麦粉	15		7日			塩	0.1	0.2	プリンミックス	6.8		クラッカー	30	40		0.1	0.1	
おやつ	バター	6		食パン	26		1. 5. 25. 1. 1. 1			牛乳	60		いちごジャム	3.8	5				
	砂糖	6		ブルーベリージャム	6.0	8.0	かたくちいわし	1.5		きな粉	4	6							
	豆乳	2	2.7				砂糖		0.6										
	6日	0.1	0.1	21日	00	0.5	しょうゆ												
	ココア	0.1		食パン	26		ごま <u></u>	0.1	0.2										
	水	0.1	U.1	きな粉 砂糖	2.3		みんな												
				砂糖   豆乳	1.5 4.0		<u></u> 一緒やデ-	+											
					7.0	0.0													
タ方の おやつ				ぽたぽた焼き			ゆかりおにぎり			ソフトサラダ			かおりおに	ぎり	ぽたぽた	ぽたぽた焼き			