



# のメニュー

2023年  
(0・1・2歳児)

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	ベジタブルスナック ごはん 豚肉のスタミナ炒め かぼちゃの煮物 味噌汁 パイン缶	オレンジ ごはん 鶏じゃが 小松菜のじゃこ和え 味噌汁	クリームサンドせんべい ごはん 煮込みミートボール キャベツのマリネ 味噌汁	バナナ ビビンバ丼 しゅうまい 中華スープ ミニゼリー	満月ポン 焼き飯 中華スープ オレンジ
	ほっれん草ケーキ	たこ焼き	コーンフレークヨーグルト	ジャムサンド	ごまビスケット
7	8	9	10	11	12
ビスケット	バナナ	ヨーグルト	オレンジ		ジャンボコーン
ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 五目煮豆 味噌汁	ごはん 豚肉の生姜炒め ポテトサラダ 味噌汁	ごはん すき焼き煮 ブロッコリーのごま和え 味噌汁 洋梨缶	ごはん タンドリーチキン ほっれん草とコーンのソテー 味噌汁		スパゲティミートソース コンソメスープ バナナ
ブルーチェ	人参クッキー	かぼちゃ蒸しパン	アップルパイ		甘塩せんべい
14	15	16	17	18	19
ミレービスケット	甘辛せんべい	ごまビスケット	ジャンボコーン	バナナ	ベジタブルスナック
お弁当の日 	お弁当の日 	お弁当の日 	ごはん カレーの煮付け ブロッコリーの和え物 味噌汁	豚丼 かぼちゃサラダ 味噌汁 みかん缶	焼きそば 味噌汁 オレンジ
せんべい	源氏パイ	サラダせんべい	リッツのクリームサンド	フライドポテト	ミレービスケット
21	22	23	24	25	26
満月ポン	バナナ	クリームサンドせんべい	オレンジ	ごまビスケット	せんべい
ごはん さわらの照焼き 切干大根の煮付け 味噌汁	ごはん 豚肉の味噌炒め 高野豆腐の煮物 すまし汁	ごはん 鶏の唐揚げ キャベツの昆布和え 味噌汁 乳酸菌飲料	ごはん ハンバーグ ブロッコリーのごまサラダ 味噌汁	カレー麻婆丼 ほっれん草のナムル 中華スープ 黄桃缶	五目うどん 里芋の煮物 バナナ
きな粉マカロニ	ブラウニーケーキ	セサミクッキー	フルーツヨーグルト	キャベツ焼き	甘辛せんべい
28	29	30	31	<b>成長期に大切な栄養素</b> 成長期の子どもは、多くの栄養を必要としています。特にたんぱく質は筋肉や骨、成長ホルモンの形成に、鉄分やカルシウムは血液や骨の形成に欠かせません。ラーメンや菓子パンなどの単品では、これらの栄養素が不足します。サプリメントで栄養素の補給はできませんが、成長期には食品からとることが大切です。	
動物ビスケット	ヨーグルト	オレンジ	甘塩せんべい		
ふりかけごはん さばの塩焼き がんもの煮物 味噌汁	ごはん 豚肉とピーマンの細切り炒め 中華春雨 味噌汁 パイン缶	ごはん チキンカツ コールスローサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉の照焼き ほっれん草のおかか和え 味噌汁		
ポップコーン	マドレーヌ	スイートポテト	マンゴープリン		

\*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承願います。

※ 卵アレルギー    乳アレルギー    甲殻類アレルギー    大豆アレルギー    アレルギー食は、除去食または代替食となります。



# のメニュー

【今月の平均】

エネルギー 575kcal  
たんぱく質 23.4g  
脂質 18.3g

2023年

(3・4・5歳児)

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	ご飯 豚肉のスタミナ炒め かぼちゃの煮物 味噌汁 パイン缶	ご飯 鶏じゃが 小松菜のじゃこ和え 味噌汁	ご飯 煮込みミートボール キャベツのマリネ 味噌汁	ピビンバ丼 しゅうまい 中華スープ ミニゼリー	焼き飯 中華スープ オレンジ
7	8	9	10	11	12
ご飯 鮭のマヨネーズ焼き 五目煮豆 味噌汁	ご飯 豚肉の生姜炒め ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 すき焼き煮 ブロッコリーのごま和え 味噌汁 洋梨缶	ご飯 タンドリーチキン ほうれん草とコーンのソテー 味噌汁	 山の日	スパゲティミートソース コンソメスープ バナナ
ブルーチェ	人参クッキー	かぼちゃ蒸しパン	アップルパイ		甘塩せんべい
14	15	16	17	18	19
お弁当の日 	お弁当の日 	お弁当の日 	ご飯 カレーの煮付け ブロッコリーの和え物 味噌汁	豚丼 かぼちゃサラダ 味噌汁 みかん缶	焼きそば 味噌汁 オレンジ
せんべい	源氏パイ	サラダせんべい	リッツのクリームサンド	フライドポテト	ミレービスケット
21	22	23	24	25	26
ご飯 さわらの照焼き 切干大根の煮付け 味噌汁	ご飯 豚肉の味噌炒め 高野豆腐の煮物 すまし汁	ご飯 鶏の唐揚げ キャベツの昆布和え 味噌汁 乳酸菌飲料	ご飯 ハンバーグ ブロッコリーのごまサラダ 味噌汁	カレー麻婆丼 ほうれん草のナムル 中華スープ 黄桃缶	五目うどん 里芋の煮物 バナナ
わらびもち	ブラウニーケーキ	セサミクッキー	フルーツヨーグルト	キャベツ焼き	甘辛せんべい
28	29	30	31	<b>成長期に大切な栄養素</b>	
ふりかけご飯 さばの塩焼き がんもの煮物 味噌汁	ご飯 豚肉とピーマンの細切り炒め 中華春雨 味噌汁 パイン缶	ご飯 チキンカツ コールスローサラダ 味噌汁	ご飯 鶏肉の照焼き ほうれん草のおかか和え 味噌汁	成長期の子どもは、多くの栄養を必要としています。特にたんぱく質は筋肉や骨、成長ホルモンの形成に、鉄分やカルシウムは血液や骨の形成に欠かせません。ラーメンや菓子パンなどの単品では、これらの栄養素が不足します。サプリメントで栄養素の補給はできませんが、成長期には食品からとることが大切です。	
ポップコーン	マドレーヌ	スイートポテト	マンゴープリン		

\*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承ください。

※ 卵アレルギー 乳アレルギー 甲殻類アレルギー 大豆アレルギー アレルギー食は、除去食または代替食となります。

# 8月 AUGUST のメニュー

2023年  
カミカ3期

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	バナナ 軟飯又はご飯 豚肉と野菜のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁	オレンジ 軟飯又はご飯 鶏肉と野菜のうま煮 小松菜の煮浸し 味噌汁	赤ちゃんせんべい 軟飯又はご飯 白身魚と野菜のだし煮 キャベツと納豆の煮浸し 味噌汁	バナナ 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	赤ちゃんせんべい ぞうすい ブロッコリーのやわらか煮 オレンジ
	きな粉おにぎり	ふかし芋	ヨーグルト	スティックパン	マンナビスケット
7	8	9	10	11	12
マンナウエハース 軟飯又はご飯 鮭のだし煮 大豆のやわらか煮 味噌汁	バナナ 軟飯又はご飯 白身魚と野菜のあん煮 じゃが芋のやわらか煮 味噌汁	ヨーグルト 軟飯又はご飯 牛肉と野菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	オレンジ 軟飯又はご飯 鶏肉とレバーのうま煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁	 山の日	マンナウエハース 煮込みうどん かぼちゃのやわらか煮 バナナ
蒸しかぼちゃ	きな粉おにぎり	ふかし芋	マンナビスケット		赤ちゃんせんべい
14	15	16	17	18	19
マンナビスケット お弁当の日 	赤ちゃんせんべい お弁当の日 	マンナウエハース お弁当の日 	マンナビスケット 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 ブロッコリーと納豆のやわらか煮 味噌汁	バナナ 軟飯又はご飯 豚肉と野菜のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁	マンナウエハース ぞうすい 白菜の煮浸し オレンジ
マンナウエハース	マンナビスケット	赤ちゃんせんべい	蒸しポテト	ふかし芋	マンナビスケット
21	22	23	24	25	26
オレンジ 軟飯又はご飯 白身魚のあん煮 切干大根のやわらか煮 味噌汁	バナナ 軟飯又はご飯 豚肉と野菜のうま煮 高野のやわらか煮 味噌汁	赤ちゃんせんべい 軟飯又はご飯 鶏肉のだし煮 キャベツの煮浸し 味噌汁	オレンジ 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	マンナウエハース 軟飯又はご飯 白身魚と豆腐のだし煮 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	赤ちゃんせんべい 煮込みうどん カリフラワーのやわらか煮 バナナ
蒸しかぼちゃ	ふかし芋	きな粉おにぎり	ヨーグルト	蒸しポテト	マンナビスケット
28	29	30	31	<b>成長期に大切な栄養素</b> 成長期の子どもは、多くの栄養を必要としています。特にたんぱく質は筋肉や骨、成長ホルモンの形成に、鉄分やカルシウムは血液や骨の形成に欠かせません。ラーメンや菓子パンなどの単品では、これらの栄養素が不足します。サプリメントで栄養素の補給はできませんが、成長期には食品からとることが大切です。	
バナナ 軟飯又はご飯 白身魚のだし煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	ヨーグルト 軟飯又はご飯 豚肉と野菜のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁	オレンジ 軟飯又はご飯 白身魚のうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁	赤ちゃんせんべい 軟飯又はご飯 鶏肉とレバーのうま煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁		
ふかし芋	マンナビスケット	きな粉おにぎり	蒸しポテト		

\*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承願います。

# AUGUST 8月のメニュー

2023年  
モグモグ期

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	バナナ おかゆ 鶏ささみと野菜のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁	オレンジ おかゆ 鶏ささみと野菜のうま煮 小松菜の煮浸し 味噌汁	赤ちゃんせんべい おかゆ 白身魚と野菜のうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁	バナナ おかゆ 白身魚のだし煮 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	赤ちゃんせんべい ぞうすい ブロッコリーのやわらか煮 オレンジ
	きな粉粥	ふかし芋	ヨーグルト	パン粥	マンナビスケット
7	8	9	10	11	12
マンナウエハース おかゆ 白身魚のだし煮 大豆のやわらか煮 味噌汁	バナナ おかゆ 白身魚と野菜のあん煮 じゃが芋のやわらか煮 味噌汁	ヨーグルト おかゆ 鶏ささみと野菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	オレンジ おかゆ 鶏ささみとレバーのうま煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁	 山の日	マンナウエハース 煮込みうどん かぼちゃのやわらか煮 バナナ
蒸しかぼちゃ	きな粉粥	ふかし芋	マンナビスケット		赤ちゃんせんべい
14	15	16	17	18	19
マンナビスケット お弁当の日 	赤ちゃんせんべい お弁当の日 	マンナウエハース お弁当の日 	マンナビスケット おかゆ 白身魚のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	バナナ おかゆ 鶏ささみと野菜のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁	マンナウエハース ぞうすい 白菜の煮浸し オレンジ
マンナウエハース	マンナビスケット	赤ちゃんせんべい	蒸しポテト	ふかし芋	マンナビスケット
21	22	23	24	25	26
オレンジ おかゆ 白身魚のあん煮 切干大根のやわらか煮 味噌汁	バナナ おかゆ 鶏ささみと野菜のうま煮 高野豆腐のやわらか煮 味噌汁	赤ちゃんせんべい おかゆ 鶏ささみのだし煮 キャベツの煮浸し 味噌汁	オレンジ おかゆ 白身魚のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	マンナウエハース おかゆ 白身魚と豆腐のだし煮 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	赤ちゃんせんべい 煮込みうどん カリフラワーのやわらか煮 バナナ
蒸しかぼちゃ	ふかし芋	きな粉粥	ヨーグルト	蒸しポテト	マンナビスケット
28	29	30	31	<b>成長期に大切な栄養素</b> 成長期の子どもは、多くの栄養を必要としています。特にたんぱく質は筋肉や骨、成長ホルモンの形成に、鉄分やカルシウムは血液や骨の形成に欠かせません。ラーメンや菓子パンなどの単品では、これらの栄養素が不足します。サプリメントで栄養素の補給はできませんが、成長期には食品からとることが大切です。	
バナナ おかゆ 白身魚のだし煮 ブロッコリーのやわらか煮 味噌汁	ヨーグルト おかゆ 鶏ささみと野菜のだし煮 かぼちゃのやわらか煮 味噌汁	オレンジ おかゆ 白身魚のうま煮 キャベツの煮浸し 味噌汁	赤ちゃんせんべい おかゆ 鶏ささみとレバーのうま煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁		
ふかし芋	マンナビスケット	きな粉粥	蒸しポテト		

\*材料入手の関係上、多少の変更をさせていただく場合がございますのでご了承願います。