

	2日(月)		3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金)		7日(土)		9日(月)		10日(火)		11日(水)		12日(木)		13日(金)		14日(土)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)															
	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児	牛乳	幼児														
午前	牛乳60		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90		牛乳90													
	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0	牛乳(乳飲料) 90.0	0.0												
御飯	中巻風ローストチキンサラダ すまし汁(小豆飯・にんじん・もやし)		ゆかり御飯 ホキの塩焼き 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁		御飯 きのこのグラタン オニオンスープ		御飯 豚肉のしょうが焼き 野菜のマヨドレ和え みそ汁		御飯 あじの竜田揚げ 切り干し大根の炒め煮 すまし汁		御飯 肉じゃが(土曜日) みそ汁		御飯 照り焼きハンバーグ こまつなとキャベツのお返し みそ汁		御飯 たらの香辛焼き ひじきのサラダ スープ		御飯 鶏肉の照り焼き 卵の花の炒り煮(小) 味噌汁		ナポリタン キャベツのマヨ和え		御飯 さばカレー マカロニサラダ		御飯 クリームシチュー 鶏と野菜(土曜日)		ゆかり御飯 ホキの塩焼き 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁		御飯 きのこのグラタン オニオンスープ		御飯 豚肉のしょうが焼き 野菜のマヨドレ和え みそ汁		御飯 あじの竜田揚げ 切り干し大根の炒め煮 すまし汁															
	米	40.0 60.0	米 しそふりかけ	40.0 60.0 0.8 1.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0												
昼食	鶏もも肉 しょうが にんにく たまねぎ しょうゆ みりん ごま油 ごま	40.0 50.0 0.3 0.4 0.3 0.4 4.8 6.0 1.6 2.0 0.2 0.3 0.2 0.3 0.3 0.4	ホキ 食塩	30.0 40.0 0.1 0.1	マヨネーズ(食塩) 鶏ひき肉 しいたけ えのきたけ にんじん エリンギ にんじん 砂糖	3.2 4.0 0.1 0.1 16.0 20.0 4.0 5.0 6.4 8.0 12.0 15.0 4.0 5.0 12.0 15.0 2.4 3.0	豚肉(もも) たまねぎ ピーマン もやし しょうゆ 酒 片栗粉	25.6 32.0 12.0 15.0 4.0 5.0 9.6 12.0 1.4 1.7 1.0 1.2 4.0 5.0 3.2 4.0	あじ しょうゆ 酒 しょうが 片栗粉	30.0 40.0 1.3 1.6 0.8 1.0 0.2 0.3 2.1 2.6	豚肉(もも) たまねぎ ピーマン もやし しょうゆ 焼き豆腐 油	16.0 20.0 28.0 35.0 24.0 30.0 12.0 15.0 12.0 15.0 8.0 10.0 10.4 13.0 1.6 2.0	豚ひき肉 食塩 パン粉 たまねぎ ねぎ しょうゆ 砂糖	24.0 30.0 0.1 0.1 1.2 1.5 0.2 0.2 0.2 0.3 0.8 1.0	たら 食塩 パン粉 カレー粉 みりん オリーブ油	30.0 40.0 0.3 0.4 1.2 1.5 0.2 0.2 0.2 0.3 0.8 1.0	鶏もも肉 しょうが 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉	32.0 40.0 0.3 0.4 0.6 0.7 1.2 1.5 0.6 0.8 0.4 0.5	スンドリイ 食塩 ベーコン たまねぎ にんじん ピーマン マヨネーズ 油 ケチャップ	20.0 30.0 0.1 0.1 8.0 10.0 16.0 20.0 4.0 5.0 2.4 3.0 4.0 5.0 4.5 5.6	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0
	鶏もも肉 しょうが にんにく たまねぎ しょうゆ みりん ごま油 ごま	40.0 50.0 0.3 0.4 0.3 0.4 4.8 6.0 1.6 2.0 0.2 0.3 0.2 0.3 0.3 0.4	ホキ 食塩	30.0 40.0 0.1 0.1	マヨネーズ(食塩) 鶏ひき肉 しいたけ えのきたけ にんじん エリンギ にんじん 砂糖	3.2 4.0 0.1 0.1 16.0 20.0 4.0 5.0 6.4 8.0 12.0 15.0 4.0 5.0 12.0 15.0 2.4 3.0	豚肉(もも) たまねぎ ピーマン もやし しょうゆ 酒 片栗粉	25.6 32.0 12.0 15.0 4.0 5.0 9.6 12.0 1.4 1.7 1.0 1.2 4.0 5.0 3.2 4.0	あじ しょうゆ 酒 しょうが 片栗粉	30.0 40.0 1.3 1.6 0.8 1.0 0.2 0.3 2.1 2.6	豚肉(もも) たまねぎ ピーマン もやし しょうゆ 焼き豆腐 油	16.0 20.0 28.0 35.0 24.0 30.0 12.0 15.0 12.0 15.0 8.0 10.0 10.4 13.0 1.6 2.0	豚ひき肉 食塩 パン粉 たまねぎ ねぎ しょうゆ 砂糖	24.0 30.0 0.1 0.1 1.2 1.5 0.2 0.2 0.2 0.3 0.8 1.0	たら 食塩 パン粉 カレー粉 みりん オリーブ油	30.0 40.0 0.3 0.4 1.2 1.5 0.2 0.2 0.2 0.3 0.8 1.0	鶏もも肉 しょうが 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉	32.0 40.0 0.3 0.4 0.6 0.7 1.2 1.5 0.6 0.8 0.4 0.5	スンドリイ 食塩 ベーコン たまねぎ にんじん ピーマン マヨネーズ 油 ケチャップ	20.0 30.0 0.1 0.1 8.0 10.0 16.0 20.0 4.0 5.0 2.4 3.0 4.0 5.0 4.5 5.6	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0	米	40.0 60.0		

	牛乳 ホットケーキ(バナナ)		牛乳 チョコクリームパン		手作りヨーグルト 果物 クッキー		鉄強化牛乳 うどん		牛乳 甘食		牛乳 せんべい クッキー		牛乳 ウインナー入りハンバーグ		牛乳 じゃがバター		手作りヨーグルト 果物 せんべい		鉄強化牛乳 菜がゆ		牛乳 ぶどうゼリー せんべい		牛乳 せんべい クッキー		牛乳 チョコクリームパン		手作りヨーグルト 果物 クッキー		鉄強化牛乳 うどん		牛乳 甘食				
	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児	牛乳(乳飲料)	幼児			
牛乳	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0	100.0	120.0			
ホットケーキ粉	12.0	18.0	食パン	20.0	25.0	ヨーグルト(無糖)	80.0	100.0	砂糖(おやつ)	1.2	1.5	うどん(おやつ)	24.0	30.0	ホットケーキ粉	16.0	20.0	ホットケーキ粉	12.0	15.0	米	15.0	20.0	おやつ(おやつ)	20.0	25.0	おやつ(おやつ)	1.2	1.5	うどん(おやつ)	24.0	30.0	ホットケーキ粉	16.0	20.0
砂糖(おやつ)	1.6	2.0	生クリーム	4.8	6.0	果物	30.0	40.0	ねご(おやつ)	1.6	2.0	ねご(おやつ)	1.6	2.0	おやつ(おやつ)	2.4	3.0	おやつ(おやつ)	2.4	3.0	おやつ(おやつ)	1.6	2.0	おやつ(おやつ)	1.2	1.5	おやつ(おやつ)	1.2	1.5	おやつ(おやつ)	1.6	2.0	おやつ(おやつ)	2.4	3.0
バナナ	4.0	5.0	クッキー	10.0	20.0	クッキー	3.6	4.5	クッキー	3.5	4.4	クッキー	2.4	3.0	クッキー	0.8	1.0	クッキー	10.0	20.0	クッキー	3.6	4.5	クッキー	10.0	20.0	クッキー	3.6	4.5	クッキー	10.0	20.0	クッキー	3.6	4.5
エネルギー	529	Kcal	544	Kcal	563	Kcal	517	Kcal	559	Kcal	631	Kcal	562	Kcal	440	Kcal	527	Kcal	362	Kcal	638	Kcal	666	Kcal	544	Kcal	563	Kcal	517	Kcal	559	Kcal			
タンパク質	9.4	g	9.6	g	17.8	g	21.7	g	21.8	g	19.1	g	22.2	g	18.1	g	21.5	g	11.8	g	15.2	g	17.5	g	23.6	g	17.8	g	21.7	g	21.8	g			

Table with 14 columns representing dates from 21st (Sun) to 30th (Mon). Each column contains nutritional information for '午前' (Morning), including items like '牛乳90' and their quantities for infants.

Main menu table with 14 columns (dates) and multiple rows of food items. Includes '御飯' (Rice), '肉じゃが' (Potato and Meat Stew), 'たまねぎ' (Onion), and various side dishes. Includes sub-columns for infant nutritional data.

Table for '午後' (Afternoon) menu. Includes items like '牛乳せんべいクッキー', '手作りヨーグルト', and 'ヤクルト'. Includes sub-columns for infant nutritional data.