

## あけまして おめでとうございます

2025年のスタートです。今年も元気いっぱいのモーツアルトの子ども 達に負けないよう、おいしく楽しい食事を心をこめて作っていきたいと思い ますので、どうぞよろしくお願いいたします。1月は寒さも厳しく、体調も 崩しやすい月です。年末年始で乱れてしまった生活リズムを少しずつ整える 為にも、しっかりと朝ご飯を食べて、元気に過ごせるようにしましょう。



元々は人々を幸せにしてくれる「年(とし)神(がみ)さま」という神様を迎えて、 おもてなしをするための料理です。

重箱に詰めることが多いですが、それには**幸せをつみ重ねる**という意味があります。 煮物、焼き物など縁起の良い料理が盛り合されます。



## 代表的な料理の意味



- 鰤(ぶり)の照り焼き
- …ぶりは大きくなると名前が変わる「出世魚」です。 出世を願います。
- ・栗(くり)きんとん
- …「勝ち栗」と呼ばれる縁起物。「金団(きんとん)」と 書き金に例え豊かな1年を願う料理です。
- ・松風(まつかぜ)焼き
- …表にはけしの実などが振られますが、裏は何もないこと から、隠し事の無い正直な生き方ができますようにと 願います。
- 伊達巻(だてまき)
- …形が巻物に似ているので、知識が増えるようにと願い が込められています。
- ・黒豆(くろまめ)
- …マメに、まじめに、健康に暮らせますようにと願い が込められています。
- 紅白(こうはく)かまぼこ …赤は魔除け、白は清浄の意味があります。 おめでたい色です。
- ・煮しめ …山の幸を中心に、家族が仲良く結ばれるように煮物を入れます。
- たたきごぼう …深く根を張るごぼうのように、繁栄することを願います。
- 海老の艶(つや)煮(に)…海老の様に腰が曲がるまで長生きすることを願います。

## 全国の色々なお雑煮

一般的に餅の入った汁物が雑煮と呼ばれ、よく知 られているものだけでも、その種類は100を超え るほどあるそうです。北海道では鶏がらベースの 出汁、岩手県では餅をくるみダレにつける雑煮、 京都府は白味噌雑煮、鳥取県では小豆を入れた小 豆雑煮、香川県は白味噌あん餅雑煮。同じ県の中 でも、入れる具材やお餅の形、味も違うようです。 お餅は美味しいですが、食べ方には十分に気を付 けてつけてくださいね。

食べる時は、口の中いっぱいに入れない。口の中 に入っているときは話さない。急がないでゆっく り噛んでくださいね。



クルミ雑煮

北海道 → 鶏がらだし雑煮





←香川 白みそあん餅 雑煮

ZUZD	年 1月 [モーツアルト]					
						4 (±)
B						おにぎり(ゆかり)
昼						きつねうどん
						きんぴらごぼう
食						フルーツ:グレープフルーツ
昼						ショコラロール
間						
食						牛乳
						< <b> 日合計</b> > 고채다' - 583 kcal
成						蛋白質 20 g
分						脂質 19 g
値						炭水化物 89 g 鉄 1.9 mg
						塩分 2 g
	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
	さばの煮付け(韓国風)	ぶりの照り焼き	五目マーボー豆腐	たらのトマト煮込み	ごぼうおこわ	焼きそば
	ひろうすの炊いたん	煮しめ	小松菜のツナ和え	根菜の金平	さわらの照り焼き	ブロッコリーのごま和え
	麩とわかめの味噌汁	紅白なます	中華スープ	麩となめこの味噌汁	ひじきの和風煮	中華スープ
昼		ふくさ焼き	七分つき米	七分つき米	かき玉風味噌汁	フルーツ:幼児りんご
	七分つき米					
食	一品:いんげんのソテー	黒豆	一品:なすの中華風	フルーツ:幼児りんご	フルーツ:オレンジ	乳児グレープフルーツ
		麩とわかめのすまし汁		乳児バナナ		
		七分つき米				
		フルーツ:みかん				
尽	幼児:ココアういろう	七草粥	野菜クラッカー	あずき蒸しパン	ホットサンド	北海道ミルクロール
間食	乳児:グレープフルーツ 牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>	<一日合計>
成	エネルキ' - 544 kcal	エネルギー 589 kcal	1ネルギー 483 kcal	エネルキ' - 565 kcal	エネルギー 538 kcal	エネルキ - 365 kcal
分	蛋白質 24 g 脂質 19 g	蛋白質 23 g 脂質 15 g	蛋白質 19 g 脂質 15 g	蛋白質 22 g 脂質 14 g	蛋白質 28 g 脂質 22 g	蛋白質 16 g 脂質 16 g
値	炭水化物 74 g	炭水化物 96 g	炭水化物 72 g	炭水化物 95 g	炭水化物 63 g	炭水化物 46 g
IIE	鉄 3.1 mg	鉄 2.9 mg	鉄 2.8 mg	鉄 2.1 mg	鉄 4.8 mg	鉄 1.5 mg
	塩分 2.2 g <b>1 3 (月)</b>	塩分 2.9 g 1 4 (火)	塩分 1.3 g <b>1 5 (水)</b>	<sup>塩分</sup> 2.3 g <b>1 6 (木)</b>	<sup>塩分</sup> 3.4 g <b>17 (金)</b>	塩分 1.1 g 1 8 (土)
	成人の日	すき焼き風煮	焼肉炒め	鮭のきのこマヨネーズ焼き	さば缶	豚丼
	成人の口					
昼		ほうれん草のおかか和え		ブロッコリーのサラダ	さつまいもの甘煮	小松菜のお浸し
		しめじとはんぺんのすまし汁	大根と油揚げの味噌汁	コンソメスープ	豚汁	豆腐となめこの味噌汁
食		七分つき米	七分つき米	七分つき米	七分つき米	フルーツ:幼児りんご
			-77	טאי איני איני	しかっと小	770 7 . 20,00 770 C
		一品:フライドさつま芋		一品:粉ふき芋	フルーツ:バナナ	乳児グレープフルーツ
昼		一品:フライドさつま芋 キャロットケーキ				
間			フルーツ:バナナ	一品:粉ふき芋	フルーツ:バナナ	乳児グレープフルーツ
	<一日合計>	キャロットケーキ 牛乳 <-日合計>	フルーツ:バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計>	一品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計>	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計>	乳児グレープフルーツ カスタードロール 牛乳 <-田合計>
間	±ลุ๋น+ ๋ − 0 kcal	キャロットケーキ 牛乳 <一日合計> IAH - 603 kcal	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <===================================	ー品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 (~日合計>	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 (-日合計>	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳 (一日合計> 1588 kcal
食		キャロットケーキ 牛乳 <-日合計>	フルーツ:バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計>	ー品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計>	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計>	乳児グレープフルーツ カスタードロール 牛乳 <-田合計>
成分	球科'-     0 kcal       蛋白質     0 g       脂質     0 g       炭水化物     0 g	キャロットケーキ 牛乳 <-田合計> ユネルギ- 603 kcal 蛋白質 23 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> ユネチギ- 615 kcal 蛋白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44' - 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g	フルーツ:バナナ かぽちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計> は44'- 532 kcal 要自質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳 <-田合計> はは- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g
成	<sup>1</sup>	キャロットケーキ 牛乳 <一日合計> は44- 603 kcal 蛋白質 23 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g 鉄 2.8 mg	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 ペー日合計>	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 (一日合計> はみギー 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g 鉄 1.8 mg	フルーツ: バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-田合計>  はが- 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄 2.4 mg	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計> 17447 - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭火化物 83 g 鉄 2.7 mg
成分	1444 -     0 kcal       蛋白質     0 g       脂質     0 g       炭水化物     0 g       炭状     0 mg       塩分     0 g	キャロットケーキ       牛乳       <一日合計>       はみ - 603 kcal       蛋白質     23 g       脂質     20 g       炭水化物     88 g       鉄     2.8 mg       塩分     1.7 g	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳  ペー日合計> は44 - 615 kcal 蛋白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg 塩分 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 (一日合計> はみず 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g 鉄 1.8 mg 塩分 1.6 g	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  C-日合計>  は科 - 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 炭秋 2.4 mg 塩分 1.8 g	乳児グレープフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計)
成分	1444 -     0 kcal       蛋白質     0 g       脂質     0 g       炭水化物     0 g       纺     0 mg       塩分     0 (月)	キャロットケーキ 牛乳 <-同合計> はは一 603 kcal 蛋白質 23 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g 鉄 2.8 mg 塩分 1.7 g 2 1 (火)	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳  ペー日合計> は44 - 615 kcal 蛋白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg 塩分 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  十乳 (一日合計) はみず - 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g 鉄 1.8 mg 塩分 1.6 g 23 (木)	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  (一日合計>  1科科 - 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 炭水化物 85 g 強分 1.8 g  2.4 (金)	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計> コ科ドー 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土)
成分值	1444'- 0 kcal 蛋白質 0 g 脂炭水化物 0 g 鉄 0 mg 塩分 0 mg 塩分 0 mg 製物・サップ・サップ・サップ・サップ・サップ・サップ・サップ・サップ・サップ・サップ	キャロットケーキ       牛乳       <-田合計>       はみずー 603 kcal       蛋白質 23 g       脂質 20 g       炭水化物 88 g       鉄 2.8 mg       塩分 1.7 g       2 1 (火)       八宝菜	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳	一品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 (一日合計) はおギー 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 波水化物 80 g 鉄 1.8 mg 塩分 1.6 g 2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <hr/> (一日合計> は対す - 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄次化物 85 g 大名 2.4 mg 塩分 1.8 g  2.4 (金) とふ飯 (丹波)	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計> コ科ギー 588 kcal 蛋白質 20 g 服質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン
成分	TAMP'- 0 kcal 蛋白質 0 g	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計> は44- 603 kcal 蛋白質 23 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g 鉄 2.8 mg 塩分 1.7 g  2 1 (火) 八宝菜 三色ナムル	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 (一日合計)	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  (一日合計) はおギー 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g 鉄 1.8 mg 塩分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  (一日合計)  1344 - 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄 2.4 mg 場分 1.8 g  2.4 (金)  とふ飯 (丹波) おでん (姫路)	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計> は対す - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭火化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮
成分值    昼	<sup>工科・・</sup> O kcal 蛋白質 O g 脂質 D O g 素 D O mg 塩分 O mg 塩分 O g 繋 のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと麩のすまし汁	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計> はは、- 603 kcal 蛋白質 23 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g 鉄 2.8 mg 塩分 1.7 g  2 1 (火) ハ宝菜 三色ナムル 中華スープ	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  (一日合計) 1344 - 539 kcal 蛋白質 18 g 炭水化物 80 g 銭 1.8 mg 塩分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麩とわかめの味噌汁	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  (一日合計> 1スネルギ - 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄 2.4 mg 塩分 1.8 g  2 4 (金) とふ飯 (丹波) おでん (姫路) きゅうりと穴子の和え物 (播磨)	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳 (一日合計> コ科ドー 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ
成分值	Table - O kcal 蛋白質	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計> コ科ド - 603 kcal エ科ド - 803 kg kg 20 g kg kc/kで物 88 g kg 2.8 mg 4.7 g	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 (一日合計)	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  (一日合計) 1344 - 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g 鉄 1.8 mg 塩分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麩とわかめの味噌汁 七分つき米	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計> は44'- 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄 2.4 mg 塩分 1.8 g  2 4 (金) とふ飯 (丹波) おでん (姫路) きゅうりと穴子の和え物 (播磨) 里芋と油揚げの味噌汁	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計> コ科ド - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご
成分値   昼 食	<sup>工科・・</sup> O kcal 蛋白質 O g 脂質 D O g 素 D O mg 塩分 O mg 塩分 O g 繋 のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと麩のすまし汁	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計> はは、- 603 kcal 蛋白質 23 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g 鉄 2.8 mg 塩分 1.7 g  2 1 (火) ハ宝菜 三色ナムル 中華スープ	フルーツ: パナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> エ科ギー 615 kcal 素白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 紫 2.8 mg 塩分 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  (一日合計) 1344 - 539 kcal 蛋白質 18 g 炭水化物 80 g 銭 1.8 mg 塩分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麩とわかめの味噌汁	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  (一日合計> 1スネルギ - 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄 2.4 mg 塩分 1.8 g  2 4 (金) とふ飯 (丹波) おでん (姫路) きゅうりと穴子の和え物 (播磨)	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計> コ科ド - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ
間食 成分値 昼 食 昼	Table - O kcal 蛋白質	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計> コ科ド - 603 kcal エ科ド - 803 kg kg 20 g kg kc/kで物 88 g kg 2.8 mg 4.7 g	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  (一日合計) 1344 - 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g 鉄 1.8 mg 塩分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麩とわかめの味噌汁 七分つき米	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計> は44'- 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄 2.4 mg 塩分 1.8 g  2 4 (金) とふ飯 (丹波) おでん (姫路) きゅうりと穴子の和え物 (播磨) 里芋と油揚げの味噌汁	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳 (一日合計> コ科ドー 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご
成分値   昼 食	1444 - 0 kcal 蛋白質 0 g 脂質 次水化物 0 g 株 0 mg 塩分 0 g 素 0 mg 塩分 0 g	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計> はは、- 603 kcal 蛋白質 23 g 脂質 20 g 炭水化物 88 g 銭 2.8 mg 塩分 1.7 g	フルーツ: パナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> エ科ギー 615 kcal 素白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 紫 2.8 mg 塩分 2.1 g	一品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  (一日合計)  は4+7 - 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 80 g 炭水化物 80 g 炭水化物 80 g 大小化物 80 g 大小・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・大・	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計> 1ネルギ- 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 鉄 2.4 mg 塩分 1.8 g  2 4 (金) とふ飯 (丹波) おでん (姫路) きゅうりと穴子の和え物 (播磨) 里芋と油揚げの味噌汁 フルーツ:みかん	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  (一日合計> はみば - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハンかぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ
間食 成分値 昼 食 昼間	は	キャロットケーキ 牛乳  <-B合計> コ科+ - 603 kcal エ科- 23 g 服質 20 g 炭水化物 88 g 炭水化物 88 g 大小 1.7 g  2 1 (火)  八宝菜 三色ナムル 中華スープ 七分つき米 フルーツ:りんご ちんすこう 牛乳  <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <- 田合計> は44*- 615 kcal 蛋白質 25 g 厳策 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg ムルッ 2.1 g  2 2 (水) ミートパスタ かぼちゃとベーコンの洋風煮 コンソメスープ ー品: ほうれん草のサラダ 生クリームサンド 牛乳 <- 田合計>	一品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44*- 539 kcal 薬白質 18 g 皮が化物 80 g 炭が化物 80 g 大・1.6 g 2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麩とわかめの味噌汁 七分つき米 フルーツ:パナナ 豆腐入りお好み焼き 牛乳 <-田合計>	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計> 144+ -	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計>
間食 成分値 昼 食 昼間	1444'- 0 kcal 蛋白質 0 g 脂質 0 g 炭炭水化物 0 g 鉄 0 mg 塩分 0 g 第のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと麩のすまし汁 七分つき米 フルーツ:グレープフルーツ フライドポテト 牛乳 (一日合計) 144'- 527 kcal	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計>  IAN - 603 kcal  要白質 23 g  脂質 20 g  炭水化物 88 g  数 2.8 mg  塩分 1.7 g  2 1 (火)  八宝菜 三色ナムル 中華スープ 七分つき米 フルーツ: りんご ちんすこう 牛乳  IAN - 566 kcal	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> コキギー 615 kcal 要自質 25 g 勝質 28 g 炭水化物 71 g 数 2.8 mg 4.1 g 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44*- 539 kcal 蛋白質 21 g 脂質 18 g 炭水化物 80 g 銭 1.8 mg 塩分 1.6 g 2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麸とわかめの味噌汁 七分つき米 フルーツ: バナナ 豆腐入りお好み焼き 牛乳 (-田合計>	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計>	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳 <-田合計> 1ネルギ- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳 1ネルギ- 528 kcal
■ 食 <b>基</b>	は	キャロットケーキ 牛乳  <-B合計> コ科+ - 603 kcal エ科- 23 g 服質 20 g 炭水化物 88 g 炭水化物 88 g 大小 1.7 g  2 1 (火)  八宝菜 三色ナムル 中華スープ 七分つき米 フルーツ:りんご ちんすこう 牛乳  <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <- 田合計> は44*- 615 kcal 蛋白質 25 g 厳策 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg ムルッ 2.1 g  2 2 (水) ミートパスタ かぼちゃとベーコンの洋風煮 コンソメスープ ー品: ほうれん草のサラダ 生クリームサンド 牛乳 <- 田合計>	一品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44*- 539 kcal 薬白質 18 g 皮が化物 80 g 炭が化物 80 g 大・1.6 g 2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麩とわかめの味噌汁 七分つき米 フルーツ:パナナ 豆腐入りお好み焼き 牛乳 <-田合計>	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計> 1444- ま白質 14 g 炭水化物 85 g 大・化物 2.4 mg 場分 1.8 g  2 4 (金) とふ飯 (丹波) おでん (姫路) きゅうりと穴子の和え物 (播磨) 里芋と油揚げの味噌汁 フルーツ:みかん きなこマカロニ 牛乳 <-田合計> 1847- 第白質 27 g 脂質 21 g	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> - 144+ - 588 kcal エは4+ - 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ キ乳 <-田合計>
■ 食 成分値 <b>昼 食 <sup>昼間食</sup> 成</b>	1444 - 0 kcal 蛋白質 0 g 脂質 0 g 炭炭水化物 0 g 鉄 0 mg 塩分 0 g 乳のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと麩・ツナスト・ 七分つき米 フルーツ:グレープフルーツ フライドポテト 牛乳 (一日合計> 1444 - 527 kcal 蛋白質 21 g 脂質 23 g 炭水化物 65 g	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計>  IAN - 603 kcal  要白質 23 g  声質 20 g  炭水化物 88 g  技水化物 88 g  技水化物 88 g  大変 21 (火)  ハ宝菜  三色ナムル 中華スープ  七分つき米 フルーツ: りんご ちんすこう 牛乳 田合計>  IAN - 566 kcal  要白質 17 g  配質 18 g  炭水化物 87 g	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <- 日合計>	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44*- 第内の野菜あんかけ キャベツのしる中間 ・ボーナンのは、ボーナー ・	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計>	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> 144+ - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> 144+ - 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g
	1444'- 0 kcal 蛋白質 0 g 脂質 0 g 炭炭水化物 0 g 鉄 0 mg 塩分 0 g 地分 0 g 第のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと麩 カナープフルーツ フライドポテト 牛乳 (一日合計) 1444'- 527 kcal 蛋白質 23 g 炭炭水化物 65 g 鉄火化物 2 g mg	キャロットケーキ 牛乳  <-田合計>  IAW - 603 kcal  要白質 23 g  勝質 20 g  炭水化物 88 g  鉄 2.8 mg  塩分 1.7 g	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <- 日合計>	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44*- 539 kcal 蛋白質 18 g 度次水化物 80 g 鉄 1.8 mg は分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのしそ和え 麸とわかめの味噌汁 七分つき米・バナナ 豆腐入りお好み焼き 牛乳 (一日合計> は44*- 469 kcal 蛋白質 24 g 脂質 11 g 炭水化物 74 g 鉄次化物 74 g 鉄 2.2 mg	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳 <-田合計> 1444'- 532 kcal 蛋白質 23 g 脂質 14 g 炭水化物 85 g 銭 2.4 mg 塩分 1.8 g  2 4 (金) とふ飯 (丹波) おでん (姫路) きゅうりと穴子の和え物 (播磨) 里芋と油揚げの味噌汁 フルーツ:みかん きなこマカロニ 牛乳 - 144'- 580 kcal 蛋白質 27 g 脂質 21 g 炭水化物 77 g 鉄 3.2 mg	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はみば - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はみす 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭氷化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
	は	キャロットケーキ       牛乳       <-日合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> は44- 自615 kcal 編白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg セック 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44 <sup>-</sup> 539 kcal	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44'- 第白質 14 g 炭水化物 85 g 版 2.4 mg 場分 1.8 g  とふ飯(丹波) おでん(姫路) きゅうりと穴子の和え物(播磨) 里芋と油揚げの味噌汁 フルーツ:みかん きなこマカロニ 牛乳  <-B合計> に対すー 第白質 27 g 脳質 21 g 炭水化物 77 g 版典 3.2 mg 塩分 2 g	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> 144+ - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> 144+ - 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g
	は	キャロットケーキ       牛乳       <-日合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> は44- は44- は55 g mm	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44-	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44 - 第白質 14 g 度大化物 85 g 版 2.4 mg 場分 1.8 g  とふ飯(丹波) おでん(姫路) きゅうりと穴子の和え物(播磨) 里芋と油揚げの味噌汁 フルーツ:みかん きなこマカロニ 牛乳  <-B合計> における において、	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
■ 食 成分値 昼 食 ◎ □ 食 成分値	244'- 0 kcal 要自質 0 g	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計> <ul> <li>はみ・</li> <li>23 g</li> <li>脂質</li> <li>20 g</li> <li>炭水化物</li> <li>88 g</li> <li>2.8 mg</li> <li>2.7 g</li> </ul> 立1 (火)           八宝菜           三色ナムル           中華スープ           七分つき米           フルーツ: りんご           ちんすこう           牛乳           <-B合計> <ul> <li>はお・</li> <li>ならら kcal</li> <li>取自質</li> <li>17 g</li> <li>脂質</li> <li>18 g</li> <li>皮水化物</li> <li>87 g</li> <li>は</li> <li>は</li> <li>は</li> <li>は</li> <li>は</li> <li>は</li> <li>は</li> <li>は</li> <li>に</li> <li>に</li> <li>な</li> <li>と</li> <li>と</li></ul>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> コカギー 615 kcal 重白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg セック 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44+ 539 kcal	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44 - 第白質 14 g 度大化物 85 g 版 2.4 mg 場分 1.8 g  とふ飯(丹波) おでん(姫路) きゅうりと穴子の和え物(播磨) 里芋と油揚げの味噌汁 フルーツ:みかん きなこマカロニ 牛乳  <-B合計> における における における における における における における における	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
	244 - 0 kcal 要自質 の g の g	キャロットケーキ       牛乳       <-田合計> コネギー 宝白質 23 g 勝質 20 g 炭米化物 88 g 数 2.8 mg 宝分 1.7 g       上の 大会 2 1 (火)       八宝菜 三色ナムル 中華スープ 七分つき米 フルーツ: りんご ちんすこう 牛乳       <-田合計> コネギー 本学 第1 g 大なが 87 g 版次化物 87 g 版次化物 87 g は会分 1.1 g       と 3 (火)       さわらのレモンソース かぼちゃの煮物	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> コカギー 615 kcal 重白質 25 g  8 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44- 第白質 18 g 度次化物 80 g ま 18 mg 場分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけキャベツのしそ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44 - 第白質 14 g 度大化物 85 g 版 2.4 mg 場分 1.8 g	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
■ 食 成分値 昼 食 ◎ □ 食 成分値 昼	はは、 0 kcal 要自質 の g の g の g の g の g の g の g の g の g の	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> コカギー 615 kcal 重白質 25 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44- 第白質 18 g 度次化物 80 g 素炭 1.8 mg 場分 1.6 g  2 3 (木) 鶏肉の野菜あんかけキャベッのしそ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44 - 第白質 14 g 度大化物 85 g 版 2.4 mg 場分 1.8 g  とふ飯(丹波) おでん(姫路) きゅうりと穴子の和え物(播磨) 里芋と油揚げの味噌汁 フルーツ:みかん きなこマカロニ 牛乳  <-B合計> における における における における における における における における	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
■ 食 成分値 昼 食 ◎ □ 食 成分値	244 - 0 kcal 要自質 の g の g	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> コカギー 615 kcal エカギー 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg セカック 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44+ 539 kcal	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44 - 第白質 14 g 度大化物 85 g 版 2.4 mg 場分 1.8 g	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
■ 食 成分値 <u>昼 食 昼間食</u> 成分値 <u>昼 食</u>	はは、 0 kcal 要自質 の g の g の g の g の g の g の g の g の g の	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> エカ4+- 国白質 25 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44-	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-Beth	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
■ 食 成分値 <b>昼 食 <sup>昼間食</sup> 成分値  昼 食 </b>	はは、 0 kcal 要自質 の g の g の g の g の g の g の g の g の g の	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> コカギー 615 kcal エカギー 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg セカック 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44+ 539 kcal	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44 - 第白質 14 g 度大化物 85 g 版 2.4 mg 場分 1.8 g	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
■ 食 成分値 <u>昼 食 昼間食</u> 成分値 <u>昼 食</u>	はは、 0 kcal 要自質 の g の g の g の g の g の g の g の g の g の	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> エカ4+- 国白質 25 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44-	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-Beth	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭水化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
	はは、	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <- 日合計> コカギー	一品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44+ 539 kcal	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は4	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はみば - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はみす 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭氷化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
	244 - 0 kcal 蛋白質 0 g 脂質 0 g 炭水化物 0 g 数 0 mg は分 0 g 2 0 (月) 鶏のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと麩のサまし汁 七分つき:グレープフルーツ フルーツ ・ ポテト 牛乳 <-田合計> 23 g 炭水化物 65 g メ3 mg 2 7 (月) から揚げ丼 いろいろきのすまし汁 いろいろきのすまし汁 ・ 15 g ・ 2 7 (月) から揚げ丼 いろいろきのすまし汁 ・ 2 7 (月) から揚げ丼 いろいろも で また ・ 2 7 (月) ・ 3 8 kcal ・ 4 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <- 日合計> は44*-	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> コカギー 薬白質 18 g 変白質 18 g 変力質 18 mg まの 1.6 mg	フルーツ: バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-日合計>	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はみば - 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はみす 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭氷化物 82 g 鉄大化物 82 g 鉄 1.8 mg
	### - 0 kcal 要自質 0 g 財産 0 g 財産 0 g 技术化物 0 g 数 0 mg セク (月) 鶏のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと数よし汁 七分つきメ	キャロットケーキ       牛乳       <-田合計>コネドー       3 g       加賀       20 g       炭水化物     88 g       塩分     2.8 mg       塩分     1.7 g       本力     七分       大宝菜     一年華       フルーツ・     り       ちんすこう     十年       七乳     17 g       上の     18 g       技術     1.2 mg       塩分     1.1 g       2 8 (火)     さわらのレモンソース       かぼちゃかめのまし汁     七カーツ・       ナーカーツ・     オーンジ       ホットケーキ     十年       牛乳     561 kcal       本白針     19 g	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> エ科4・ 基白質 25 g 脂質 28 g 炭水化物 71 g 紫地 2.1 g  2 2 (水) ミートパスタ かぼちゃとスープ ー品: ほうれん草のサラダ  生クリームサンド 牛乳 <-田合計> エ科4・ 蛋白質 18 g 脂質 12 g 炭水化物 78 g 炭水化物 78 g 炭水化物 78 g 炭水化物 78 g 大きの 16 mg 塩分 2.6 g  2 9 (水) おにぎり (ゆかり) カレーラ どん ブローツ リーの見りよう アルーツ 19 リーの見りナナ ごまクッキー 牛乳 <-田合計> エ科4・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー	一品:粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> は44-	フルーツ:バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は4	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭氷化物 82 g 鉄 1.8 mg
	244 - 0 kcal 蛋白質 0 g 脂質 0 g 炭水化物 0 g 数 0 mg は分 0 g 2 0 (月) 鶏のゆずみそ焼き 白菜とツナの炊いたん 玉ねぎと麩のサまし汁 七分つき:グレープフルーツ フルーツ ・ ポテト 牛乳 <-田合計> 23 g 炭水化物 65 g メ3 mg 2 7 (月) から揚げ丼 いろいろきのすまし汁 いろいろきのすまし汁 ・ 15 g ・ 2 7 (月) から揚げ丼 いろいろきのすまし汁 ・ 2 7 (月) から揚げ丼 いろいろも で また ・ 2 7 (月) ・ 3 8 kcal ・ 4 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <- 日合計> は44*-	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳 <-田合計> コカギー 薬白質 18 g 変白質 18 g 変力質 18 mg まの 1.6 mg	フルーツ: バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-日合計>	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭氷化物 82 g 鉄 1.8 mg
	はは、	キャロットケーキ       牛乳       <-B合計>	フルーツ: バナナ ツナトースト 牛乳 <-田合計> コカギー 蛋白質 28 g 炭水化物 71 g 鉄 2.8 mg 2.1 g	一品: 粉ふき芋 おからドーナツ 牛乳  <-田合計>	フルーツ: バナナ かぼちゃ団子あずきのせ 牛乳  <-B合計> は44-	乳児グレーブフルーツ カスタードロール 牛乳  <-田合計> はは、- 588 kcal 蛋白質 20 g 脂質 21 g 炭水化物 83 g 鉄 2.7 mg 塩分 1.6 g  2 5 (土) ひじきチャーハン かぶのそぼろ煮 中華スープ フルーツ:幼児りんご 乳児グレーブフルーツ ミニメロンパン 牛乳  <-田合計> はは、- 528 kcal 蛋白質 18 g 脂質 16 g 炭氷化物 82 g 鉄 1.8 mg