

2026



2月の献立



東かわぐちポポロ保育園
初期 6～7ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
2	月	かゆペースト かぶペースト	米 かぶ
3	火	かゆペースト 白菜ペースト	米 白菜
4	水	かゆペースト 人参ペースト	米 人参
5	木	かゆペースト 白糸タラペースト	米 白糸タラ
6	金	かゆペースト 豆腐ペースト	米 豆腐
7	土	かゆペースト かぼちゃペースト	米 かぼちゃ
9	月	かゆペースト 白菜ペースト	米 白菜
10	火	かゆペースト チンゲン菜ペースト りんごペースト	米 チンゲン菜 りんご
11	水	休園 建国記念の日	
12	木	かゆペースト カラスカレイペースト	米 カラスカレイ
13	金	かゆペースト さつま芋ペースト	米 さつま芋
14	土	かゆペースト 小松菜ペースト	米 小松菜
16	月	かゆペースト かぶペースト	米 かぶ
17	火	かゆペースト 白菜ペースト	米 白菜
18	水	かゆペースト 人参ペースト	米 人参
19	木	かゆペースト 白糸タラペースト	米 白糸タラ
20	金	かゆペースト 豆腐ペースト	米 豆腐
21	土	かゆペースト かぼちゃペースト	米 かぼちゃ
23	月	休園 天皇誕生日	
24	火	かゆペースト チンゲン菜ペースト	米 チンゲン菜
25	水	かゆペースト ほうれん草ペースト	米 ほうれん草
26	木	かゆペースト カラスカレイペースト	米 カラスカレイ
27	金	かゆペースト さつま芋ペースト パナナペースト	米 さつま芋 パナナ
28	土	かゆペースト 小松菜ペースト	米 小松菜

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2026



2月の献立



東かわぐちポポロ保育園

中期 8～9ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
2	月	かゆ 玉ねぎの玉子とし煮 ポテトサラダ みそ汁	米 玉ねぎ 卵黄 ジャガイモ 人参 かぶ 小松菜
3	火	玉ねぎかゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 大根サラダ	米 玉ねぎ 鶏肉 白菜 人参 大根 きゅうり
4	水	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 キャベツサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 卵黄 なす
5	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のおろし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ
6	金	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 豆腐サラダ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 豆腐 パプリカ
7	土	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほっこり煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 白菜 花ふ
9	月	かゆ 鮭と野菜のだし煮 鶏肉と白菜のやわらか煮 みそ汁	米 鮭 ジャガイモ 玉ねぎ ブロッコリー 鶏肉 白菜 人参 花ふ
10	火	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 チンゲン菜サラダ りんご	米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 チンゲン菜 りんご
11	水	休園 建国記念の日	
12	木	かゆ カラスカレイのミルク煮 人参の玉子とし煮 スープ	米 カラスカレイ 玉ねぎ 粉ミルク 卵黄 人参 キャベツ
13	金	かゆ 野菜の玉子とし煮 大根ときゅうりのサラダ 鶏汁	米 卵黄 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつま芋
14	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 野菜のくたくた煮 すまし汁	米 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 人参 かぶ
16	月	かゆ 玉ねぎの玉子とし煮 ポテトサラダ みそ汁	米 玉ねぎ 卵黄 ジャガイモ 人参 かぶ 小松菜
17	火	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁	米 鶏肉 白菜 人参 大根 きゅうり 玉ねぎ
18	水	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 キャベツサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 卵黄 なす
19	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のおろし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ
20	金	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 豆腐サラダ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 豆腐 パプリカ
21	土	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほっこり煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 白菜 花ふ
23	月	休園 天皇誕生日	
24	火	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 チンゲン菜サラダ	米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 チンゲン菜
25	水	かゆ 鶏肉のとりみ煮と玉子とし煮 豆腐と白菜のコトコト煮 みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 人参 卵黄 豆腐 白菜 さつま芋 大根
26	木	かゆ カラスカレイのミルク煮 人参の玉子とし煮 スープ	米 カラスカレイ 玉ねぎ 粉ミルク 卵黄 人参 キャベツ
27	金	かゆ 野菜の玉子とし煮 大根ときゅうりのサラダ 鶏汁 バナナ	米 卵黄 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつま芋 バナナ
28	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 野菜のくたくた煮 すまし汁	米 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 人参 かぶ

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2026



2月の献立



東かわぐちポポロ保育園

後期 10～11ヶ月

日	曜日	昼食	
		献立名	材料
2	月	かゆ 玉ねぎの玉子とじ煮 ポテトサラダ みそ汁	米 玉ねぎ 玉子 じゃが芋 人参 かぶ 小松菜
3	火	玉ねぎかゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 大根とワカメのサラダ	米 玉ねぎ 鶏肉 白菜 人参 大根 カットワカメ きゅうり
4	水	かゆ 豚肉と野菜のとりみ煮 キャベツサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 玉子 なす
5	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のおろし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ カットワカメ
6	金	かゆ 豚肉と野菜のとりみ煮 豆腐サラダ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 豆腐 もやし パプリカ
7	土	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほっこり煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 白菜 花ふ
9	月	かゆ 鮭と野菜のだし煮 鶏肉と白菜のやわらか煮 みそ汁	米 鮭 じゃが芋 玉ねぎ ブロッコリー 鶏肉 白菜 人参 カットワカメ 花ふ
10	火	かゆ 豚肉と野菜の豆乳煮 チンゲン菜サラダ りんご	米 豚肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 チンゲン菜 りんご
11	水	休園 建国記念の日	
12	木	かゆ カラスカレイのミルク煮 人参の玉子とじ煮 スープ	米 カラスカレイ 玉ねぎ 粉ミルク 玉子 人参 キャベツ えのき茸
13	金	かゆ 野菜の玉子とじ煮 大根ときゅうりのサラダ 鶏汁	米 玉子 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつまい カットワカメ
14	土	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 野菜のくたくた煮 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 人参 かぶ
16	月	かゆ 玉ねぎの玉子とじ煮 ポテトサラダ みそ汁	米 玉ねぎ 玉子 じゃが芋 人参 かぶ 小松菜
17	火	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁	米 鶏肉 白菜 人参 大根 きゅうり 玉ねぎ カットワ カメ
18	水	かゆ 豚肉と野菜のとりみ煮 キャベツサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 玉子 なす
19	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のおろし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ カットワカメ
20	金	かゆ 豚肉と野菜のとりみ煮 豆腐サラダ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 豆腐 もやし パプリカ
21	土	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほっこり煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 白菜 花ふ
23	月	休園 天皇誕生日	
24	火	かゆ 豚肉と野菜の豆乳煮 チンゲン菜サラダ	米 豚肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 チンゲン菜
25	水	かゆ 鶏肉のとりみ煮と玉子とじ煮 豆腐と白菜のコトコト煮 みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 人参 玉子 豆腐 白菜 さつまい 大根
26	木	かゆ カラスカレイのミルク煮 人参の玉子とじ煮 スープ	米 カラスカレイ 玉ねぎ 粉ミルク 玉子 人参 キャベツ えのき茸
27	金	かゆ 野菜の玉子とじ煮 大根ときゅうりのサラダ 鶏汁 パナナ	米 玉子 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつまい カットワカメ パナナ
28	土	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 野菜のくたくた煮 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 人参 かぶ

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2026



2月の献立



東かわぐちポポロ保育園

乳児食

日	曜日	午前おやつ	昼食		午後おやつ	エネルギー たんぱく質
			献立名	材料		
2	月	牛乳 せんべい	ふわふわ玉子丼 ポテトサラダ みそ汁 アップルゼリー	米 油揚げ 玉ねぎ 玉子 グリンピース じゃが芋 人参 かぶ 小松菜 アップルジュース 粉寒天	牛乳 しらす炊き込みご飯	516kcal 17.7g
3	火	牛乳 ビスケット	《イベント給食》赤おにさんライス 鶏肉と白菜の和風煮 大根とワカメのサラダ	米 玉ねぎ スパゲティ ウィンナー レーズン きゅうり 鶏肉 白菜 人参 大根 カットワカメ	《イベントおやつ》牛乳 鬼まんじゅう	488kcal 15.9g
4	水	牛乳 せんべい	ご飯 和風ハンバーグ キャベツとツナサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 豆乳 人参 キャベツ ツナフレーク缶 玉子 なす	牛乳 白くま風寒天	479kcal 18.0g
5	木	牛乳 ビスケット	ふりかけご飯 白糸タラのみぞれ煮 鶏肉と野菜のソテー みそ汁 いよかん	米 ふりかけ 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ カットワカメ いよかん	牛乳 さつま芋あんトースト	466kcal 16.8g
6	金	牛乳 せんべい	スパゲッティミートソース 豆腐のごま和え スープ	スパゲッティ 玉ねぎ 人参 豚肉 パセリ 豆腐 もやし パプリカ いり胡麻 コーン 長ねぎ	牛乳 小松菜のおやき風	474kcal 21.7g
7	土	牛乳 ビスケット	ご飯 助宗タラのコロコロ揚げ ひじき煮 みそ汁 白桃	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 ひじき 白菜 花ふ 白桃	牛乳 おこめリング 豆乳くずもち	462kcal 19.4g
9	月	牛乳 せんべい	ご飯 鮭のポテマヨチーズ焼き 鶏肉と白菜和え みそ汁 オレンジ	米 鮭 じゃが芋 スライスチーズ 玉ねぎ フロコリー 鶏肉 白菜 人参 カットワカメ 花ふ オレンジ	牛乳 おからホットケーキ	476kcal 21.7g
10	火	牛乳 ビスケット	かぼちゃのポークカレーライス 切干大根とツナサラダ りんご	米 豚肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 カレールー 切干大根 チンゲン菜 ツナフレーク缶 りんご	牛乳 ウエハース 牛乳寒天	525kcal 16.5g
11	水	休園 建国記念の日				
12	木	牛乳 ビスケット	ご飯 カラスカレイのグラタン風 人参しりしり スープ ヨーグルト	米 カラスカレイ 玉ねぎ 豆乳 パセリ 人参 玉子 キャベツ えのき茸 ヨーグルト	牛乳 あおさ粉巻き納豆	506kcal 18.3g
13	金	牛乳 せんべい	《イベント給食》ふりかけご飯 ハートの玉子焼き 大根ときゅうりサラダ 鶏汁 みかん	米 ふりかけ 玉ねぎ コーン 玉子 豆乳 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつま芋 カットワカメ みかん	牛乳 マーラーカオ	554kcal 18.2g
14	土	牛乳 ビスケット	ご飯 豚肉とキャベツのごま味噌炒め 炒り粉豆腐 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ いり胡麻 小松菜 人参 粉とうふ かぶ 長ねぎ	牛乳 鉄強化チーズ カラメル風おふラスク	460kcal 19.0g
16	月	牛乳 せんべい	ふわふわ玉子丼 ポテトサラダ みそ汁 アップルゼリー	米 油揚げ 玉ねぎ 玉子 グリンピース じゃが芋 人参 かぶ 小松菜 アップルジュース 粉寒天	牛乳 しらす炊き込みご飯	516kcal 17.7g
17	火	牛乳 ビスケット	ご飯 鶏肉と白菜の和風煮 マカロニサラダ みそ汁	米 鶏肉 白菜 人参 マカロニミックス 大根 きゅうり 玉ねぎ カットワカメ	牛乳 さつま芋まんじゅう	446kcal 15.5g
18	水	牛乳 せんべい	ご飯 和風ハンバーグ キャベツとツナサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 豆乳 人参 キャベツ ツナフレーク缶 玉子 なす	牛乳 白くま風寒天	479kcal 18.0g
19	木	牛乳 ビスケット	ふりかけご飯 白糸タラのみぞれ煮 鶏肉と野菜のソテー みそ汁 いよかん	米 ふりかけ 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ カットワカメ いよかん	牛乳 さつま芋あんトースト	466kcal 16.8g
20	金	牛乳 せんべい	スパゲッティミートソース 豆腐のごま和え スープ	スパゲッティ 玉ねぎ 人参 豚肉 パセリ 豆腐 もやし パプリカ いり胡麻 コーン 長ねぎ	牛乳 小松菜のおやき風	474kcal 21.7g
21	土	牛乳 ビスケット	ご飯 助宗タラのコロコロ揚げ ひじき煮 みそ汁 白桃	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 ひじき 白菜 花ふ 白桃	牛乳 おこめリング 豆乳くずもち	462kcal 19.4g
23	月	休園 天皇誕生日				
24	火	牛乳 ビスケット	かぼちゃのポークカレーライス 切干大根とツナサラダ アップルゼリー	米 豚肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 カレールー 切干大根 チンゲン菜 ツナフレーク缶 アップルジュース 粉寒天	牛乳 ウエハース 牛乳寒天	537kcal 16.6g
25	水	牛乳 せんべい	そぼろ丼 豆腐と白菜のとろみ煮 みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 人参 玉子 豆腐 白菜 さつま芋 大根	牛乳 あったか鶏うどん	498kcal 23.6g
26	木	牛乳 ビスケット	ご飯 カラスカレイのグラタン風 人参しりしり スープ ヨーグルト	米 カラスカレイ 玉ねぎ 豆乳 パセリ 人参 玉子 キャベツ えのき茸 ヨーグルト	牛乳 あおさ粉巻き納豆	506kcal 18.3g
27	金	牛乳 せんべい	ふりかけご飯 コーン入り玉子焼き 大根ときゅうりサラダ 鶏汁 パナナ	米 ふりかけ 玉ねぎ コーン 玉子 豆乳 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつま芋 カットワカメ パナナ	牛乳 マーラーカオ	552kcal 18.2g
28	土	牛乳 ビスケット	ご飯 豚肉とキャベツのごま味噌炒め 炒り粉豆腐 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ いり胡麻 小松菜 人参 粉とうふ かぶ 長ねぎ	牛乳 鉄強化チーズ カラメル風おふラスク	460kcal 19.0g

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合があります。

2026



2月の献立



東かわぐちポポロ保育園

幼児食

日	曜日	昼食		午後おやつ	エネルギー たんぱく質
		献立名	材料		
2	月	ふわふわ玉子丼 ポテトサラダ みそ汁 アップルゼリー	米 油揚げ 玉ねぎ 玉子 グリンピース ジャが芋 人参 かぶ 小松菜 アップルジュース 粉寒天	牛乳 しらす炊き込みご飯	622kcal 21.1g
3	火	《イベント給食》赤おにさんライス 鶏肉と白菜の和風煮 大根とワカメのサラダ	米 玉ねぎ スパゲティ ウインナー レーズン きゅうり 鶏肉 白菜 人参 大根 カットワカメ	《イベントおやつ》牛乳 鬼まんじゅう	589kcal 18.6g
4	水	ご飯 和風ハンバーグ キャベツとツナサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 豆乳 人参 キャベツ ツナフレーク缶 玉子 なす	牛乳 白くま風寒天	581kcal 21.6g
5	木	ふりかけご飯 白糸タラのみぞれ煮 鶏肉と野菜のソテー みそ汁 いよかん	米 ふりかけ 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ カットワカメ いよかん	牛乳 さつま芋あんトースト	555kcal 19.9g
6	金	スパゲッティミートソース 豆腐のごま和え スープ	スパゲッティ 玉ねぎ 人参 豚肉 パセリ 豆腐 もやし パプリカ いり胡麻 コーン 長ねぎ	牛乳 小松菜のおやき風	563kcal 26.5g
7	土	ご飯 助宗タラのココロ揚げ ひじき煮 みそ汁 白桃	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 ひじき 白菜 花ふ 白桃	牛乳 おこめリング 豆乳くずもち	555kcal 23.3g
9	月	ご飯 鮭のポテマヨチーズ焼き 鶏肉と白菜和え みそ汁 オレンジ	米 鮭 ジャが芋 スライスチーズ 玉ねぎ ブロッコリー 鶏肉 白菜 人参 カットワカメ 花ふ オレンジ	牛乳 おからホットケーキ	569kcal 26.4g
10	火	かぼちゃのポークカレーライス 切干大根とツナサラダ りんご	米 豚肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 カレールー 切干大根 チンゲン菜 ツナフレーク缶 りんご	牛乳 ウエハース 牛乳寒天	639kcal 19.4g
11	水	休園 建国記念の日			
12	木	ご飯 カラスカレイのグラタン風 人参しりしり スープ ヨーグルト	米 カラスカレイ 玉ねぎ 豆乳 パセリ 人参 玉子 キャベツ えのき茸 ヨーグルト	牛乳 あおさ粉巻き納豆	608kcal 21.9g
13	金	《イベント給食》ふりかけご飯 ハートの玉子焼き 大根ときゅうりサラダ 鶏汁 みかん	米 ふりかけ 玉ねぎ コーン 玉子 豆乳 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつま芋 カットワカメ みかん	牛乳 マーラーカオ	669kcal 21.8g
14	土	ご飯 豚肉とキャベツのごま味噌炒め 炒り粉豆腐 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ いり胡麻 小松菜 人参 粉とうふ かぶ 長ねぎ	牛乳 鉄強化チーズ カラメル風おふラスク	547kcal 22.8g
16	月	ふわふわ玉子丼 ポテトサラダ みそ汁 アップルゼリー	米 油揚げ 玉ねぎ 玉子 グリンピース ジャが芋 人参 かぶ 小松菜 アップルジュース 粉寒天	牛乳 しらす炊き込みご飯	622kcal 21.1g
17	火	ご飯 鶏肉と白菜の和風煮 マカロニサラダ みそ汁	米 鶏肉 白菜 人参 マカロニミックス 大根 きゅうり 玉ねぎ カットワカメ	牛乳 さつま芋まんじゅう	533kcal 18.1g
18	水	ご飯 和風ハンバーグ キャベツとツナサラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 豆乳 人参 キャベツ ツナフレーク缶 玉子 なす	牛乳 白くま風寒天	581kcal 21.6g
19	木	ふりかけご飯 白糸タラのみぞれ煮 鶏肉と野菜のソテー みそ汁 いよかん	米 ふりかけ 白糸タラ 大根 チンゲン菜 鶏肉 玉ねぎ 人参 焼ふ カットワカメ いよかん	牛乳 さつま芋あんトースト	555kcal 19.9g
20	金	スパゲッティミートソース 豆腐のごま和え スープ	スパゲッティ 玉ねぎ 人参 豚肉 パセリ 豆腐 もやし パプリカ いり胡麻 コーン 長ねぎ	牛乳 小松菜のおやき風	563kcal 26.5g
21	土	ご飯 助宗タラのココロ揚げ ひじき煮 みそ汁 白桃	米 助宗タラ かぼちゃ 鶏肉 人参 ひじき 白菜 花ふ 白桃	牛乳 おこめリング 豆乳くずもち	555kcal 23.3g
23	月	休園 天皇誕生日			
24	火	かぼちゃのポークカレーライス 切干大根とツナサラダ アップルゼリー	米 豚肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 豆乳 カレールー 切干大根 チンゲン菜 ツナフレーク缶 アップルジュース 粉寒天	牛乳 ウエハース 牛乳寒天	654kcal 19.6g
25	水	そばろ丼 豆腐と白菜のとろみ煮 みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 人参 玉子 豆腐 白菜 さつま芋 大根	牛乳 あったか鶏うどん	607kcal 29.0g
26	木	ご飯 カラスカレイのグラタン風 人参しりしり スープ ヨーグルト	米 カラスカレイ 玉ねぎ 豆乳 パセリ 人参 玉子 キャベツ えのき茸 ヨーグルト	牛乳 あおさ粉巻き納豆	608kcal 21.9g
27	金	ふりかけご飯 コーン入り玉子焼き 大根ときゅうりサラダ 鶏汁 パナナ	米 ふりかけ 玉ねぎ コーン 玉子 豆乳 人参 大根 きゅうり 鶏肉 さつま芋 カットワカメ パナナ	牛乳 マーラーカオ	666kcal 21.8g
28	土	ご飯 豚肉とキャベツのごま味噌炒め 炒り粉豆腐 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ いり胡麻 小松菜 人参 粉とうふ かぶ 長ねぎ	牛乳 鉄強化チーズ カラメル風おふラスク	547kcal 22.8g

栄養士 柴岡 真由美

都合により献立の変更がある場合もあります。