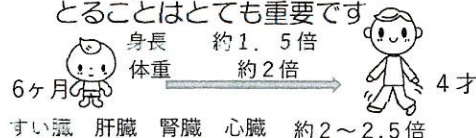


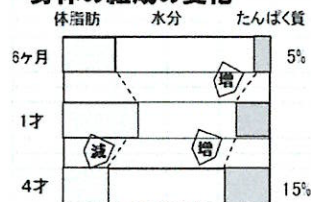
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 牛乳100(未満児)、りんご	2 牛乳100(未満児)、えびせんべい	3 牛乳100(未満児)、クラッカー	4 牛乳100(未満児)、みかん	5 牛乳100(未満児)、やさいせんべい	6 ウエハース(マンナ)
昼食	御飯、すき焼き風煮、南瓜の天ぷら、人参のごまネーズ和え	御飯、鯖の立田揚げ、切干大根煮付、味噌汁(豆腐、小松菜)、オレンジ	散らし寿司、照り焼きチキン、お浸し(キャベツ)、金波汁、いちご	御飯、魚のマヨネーズ焼き、青菜と切干大根の酢みそあえ、沢煮椀	御飯、和風ミートローフ、じゃが芋とツナの煮物、中華風コーンスープ	牛乳200、温そうめん、キャンディーチーズ、バナナ
午後	牛乳100、せんべい	牛乳100、かぼちゃ餅	牛乳100、ひなあられ	牛乳100、キャロットドーナツ	牛乳100、あずきビスケット(マンナ)	せんべい
午前	8 牛乳100(未満児)、ビスケット	9	10 牛乳100(未満児)、バナナ	11 牛乳100(未満児)、赤ちゃんせんべい	12 牛乳100(未満児)、オレンジ	13 ポーロ
昼食	御飯、パンプキンシチュー焼きししゃも、白菜とりんごの甘酢和え	お別れ遠足	御飯、鶏のみそ照焼き、ミニおでん、青菜なめたけ和え	御飯、魚のバインソース、オーロラサラダ、白菜の豆乳スープ、チーズ(未満児なし)	御飯、豚肉と春雨の炒め物、ちくわの磯辺あげ、具沢山スープ	牛乳200、焼きそば、キャンディーチーズ、バナナ
午後	牛乳100、豆乳パインケーキ		牛乳100、ソフトかりんとう(ウエハース)	牛乳100、型抜きビスケット(ベビー型抜き)	牛乳100、豆乳プリン	お魚スナック
午前	15 牛乳100(未満児)、ソフトせんべい	16 牛乳100(未満児)、コーンフレーク	17 牛乳100(未満児)、ウエハース(マンナ)	18 牛乳100(未満児)、米せんべい	19 牛乳100(未満児)、ポーロ	20
昼食	御飯、焼きがんと、ほうれん草サラダ、レバーしゃくれ煮	御飯、ハヤシシチュー、桜干し天ぷら、ヨーグルト和え	御飯、魚のごま照焼き、ミニ肉じゃが、キャロットポタージュ風	御飯、大豆コロッケ、鶏と野菜の煮物、味噌汁(白菜、人参、えのき)	御飯、ハンバーグ、温野菜大根の金平、味噌汁(豆腐、なめこ、わかめ、)	春分の日
午後	牛乳100、手作りラスク	牛乳100、クリームせんべい(やさいせんべい)	牛乳100、海苔巻きあられ(ポーロ)	牛乳100、牛乳フルーツ寒天	牛乳100、薄焼きクッキー(ビスケット)	
午前	22 牛乳100(未満児)、やさいせんべい	23 牛乳100(未満児)、クラッカー	24 牛乳100(未満児)、ポーロ	25 牛乳100(未満児)、Caせんべい	26	27 ビスケット
昼食	おわかれ会食	御飯、魚のムニエル、切干大根と小松菜の炒り煮、具沢山味噌汁	御飯、豚肉のオープン焼きブロッコリーとチーズのごま和え、納豆和え	あずきご飯、鶏肉の唐揚げ、キャベツのゆかり和え、野菜すまし汁、オレンジ	卒園式	牛乳200、煮込みうどん、キャンディーチーズ、バナナ
午後	牛乳100、ぼたもち	牛乳100、コーン菓子	牛乳100、Caせんべい	牛乳100、いちごムース		えびせんべい
午前	29 牛乳100(未満児)、ボン菓子	30 牛乳100(未満児)、ソフトせんべい	31 牛乳100(未満児)、ビスケット			
昼食	御飯、麻婆春雨、ポテトサラダ、中華スープ	御飯、チキンカレー、包み揚げ、キャベツとパインサラダ	親子丼、中華和え、磯粉ふき芋			
午後	牛乳100、クリームサンドビスケット(マンナ)	牛乳100、クラッカー	牛乳100、揚げあられ(コーンフレーク)			

たんぱく質はなぜ大切なの？

乳幼児期は身体の発達が著しい時期です。この時期に材料となる良質なたんぱく質をとることはとても重要です。



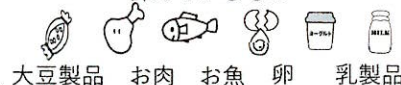
身体の組成の変化



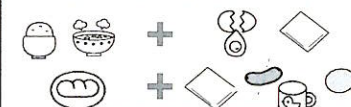
良質なたんぱく質とは・・・

身体の中で合成できない必須アミノ酸をバランスよく

含んでいるもの



不足しがちの朝食にプラスワン！



かける・のせるだけで簡単に増やせます