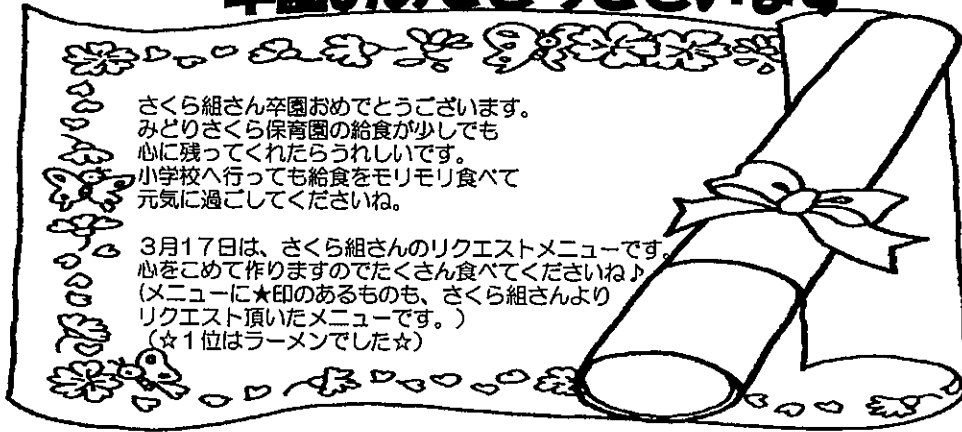


日曜	献立名	乳幼児昼食		主谷材料			栄養価 幼児 エネルギー Kcal 蛋白質g カルシウムg
		1,2歳児午前	1~5歳児午後	熱や力に なるもの	血や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの	
1 水	★ごはん★ 中華スープ 中華風豆腐ステーキ 春雨サラダ バナナ	牛乳 うずやき(サラダ)	牛乳 マカロニきなこ	米 春雨 白ごま マカロニ 片栗粉	豆腐 牛乳 豚ひき肉 きなこ ロースハム	長葱 生姜 にら バナナ チンゲン菜 人参 もやし にんにく 白菜 胡瓜	509 22.4 215
2 木	ごはん 根菜汁 さけの照り焼き 青菜の納豆和え パイナップル	牛乳 ギンビスアスパラガス	牛乳 人形焼 サラダせんべい	米 人形焼 サラダせんべい	油揚げ 牛乳 さけ 納豆	大根 えのき 人参 小松菜 れんこん パイナップル	533 26.9 258
3 金	♪ひな祭りメニュー♪ ちらし寿司 すまし汁 鶏肉の梅味噌焼 菜の花のごまマヨサラダ オレンジ	牛乳 えびせんべい	麦茶 ひなあられ いちこのムース	* マヨネーズ パイロアの素 ちらし寿司の素 白ごま 花麩 ひなあられ	錦糸卵 牛乳 桜でんぶ 生クリーム 鶏肉	絹さや 長葱 生姜 オレンジ 知のり ねりうめ 菜の花 いちご みつば にんにく もやし 人参	495 21.3 230
4 土	ごはん みそ汁 肉野菜ソース炒め さつま芋の甘煮 白桃缶	牛乳 バターサブレ	牛乳 膏りんごゼリー しょうゆせんべい	* しょうゆせんべい さつま芋 ゼリーの素	豚こま肉 牛乳	なめこ 生姜 もやし 万能葱 キャベツ 玉葱 にんにく 人参 白桃缶	525 19.6 200
6 月	ごはん みそ汁 にら玉炒め 大根とさつま揚げ煮 パイナップル	牛乳 サラダせんべい	牛乳 ホットケーキ	米 バター ホットケーキミックス いちごジャム	豆腐 さつま芋 卵 牛乳 豚こま肉	わかめ 人参 絹さや もやし 玉葱 パイナップル にら 大根	518 22.9 225
7 火	★ツナ野菜サンド★ ★シチュー★ つぶつぶゼリー	牛乳 マリービスケット	牛乳 ★ふりかけごはん★ (のりたま)	マヨネーズ バター 食パン ゼリーの素 じゃが芋 * のりたまふりかけ	ツナ 鶏肉 牛乳	胡瓜 玉葱 みかん缶 キャベツ コーン 人参 ブロッコリー	555 20.1 212
8 水	ごはん すまし汁 さわらのみそマヨ焼き 五目煮豆 黄桃缶	牛乳 ギンビスアスパラガス	牛乳 ★ミニたぬきうどん★	米 揚げ玉 マヨネーズ うどん	さわら 大豆 牛乳	ほうれん草 桜こんにゃく 調味缶 えのき ごぼう 玉葱 人参 いんげん 長葱	532 27.9 196
9 木	ごはん みそ汁 厚揚げの野菜あんかけ 切干大根中華和え パイナップル	牛乳 しょうゆせんべい	牛乳 ココアレズン煎しパン	米 白ごま さつま芋 ホットケーキミックス 片栗粉 ココアパウダー	厚揚げ 卵 豚こま肉 牛乳	白菜 れんこん 人参 パイナップル 絹さや エリンギ 胡瓜 レーズン たけのこ 切干大根	490 19.8 296
10 金	チキンライス〜スクランブルエッグのせ〜 スープ フレンチサラダ バナナ	牛乳 ココナッツサブレ	オリガムウェをつくらう★ 麦茶 ★アイスパフェ★	米 フリーカットケーキ マカロニ ポッキー チョコスプレー	鶏肉 牛乳 卵 ベーコン チーズ アイス	人参 アスパラ バナナ 玉葱 キャベツ カクテル缶 パセリ 胡瓜	477 16.1 148
13 月	ごはん みそ汁 さばのおろし煮 炒り高野 メロン	牛乳 うずやき(サラダ)	牛乳 クリームコンフェ しょうゆせんべい	米 クリームコンフェ しょうゆせんべい	さば 牛乳 高野豆腐 豚こま肉	わかめ 大根 いんげん えのき ひじき メロン 生姜 人参	550 26 243
14 火	ごはん 中華スープ ホイコーロー風 ビーフンの和え物 パイナップル	ヨーグルト	牛乳 豆クッキー	米 大豆 ビーフン 小麦粉 バター 全粒粉	豚こま肉 牛乳	長葱 人参 小松菜 大根 玉葱 パイナップル キャベツ コーン	479 19.7 220
15 水	★春野菜のカレー★ スープ もやしのゴママヨサラダ バナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 いちごゼリー ギンビスアスパラガス	じゃが芋 白ごま 米 ゼリーの素 マヨネーズ ギンビスアスパラガス	鶏肉 ちくわ 牛乳	玉葱 生姜 しめじ バナナ 人参 アスパラ もやし にんにく 白菜 胡瓜	525 17 212

卒園おめでとーございませう



さくら組さん卒園おめでとーございませう。
みどりさくら保育園の給食が少しでも
心に残ってくれたらうれしひです。
小学校へ行っても給食をモリモリ食べて
元気に過こしてございませうね。

3月17日は、さくら組さんのリクエストメニューです。
心をこめて作りませうのでたくさん食べてございませうね♪
(メニューに★印のあるものも、さくら組さんより
リクエスト頂いたメニューです。)
(★1位はラーメンでした★)



★材料の都合により献立を変更することがあります

