

| 日曜 | 乳幼児昼食 | 1.2歳児午前 1~5歳児午後 | | | 主な材料 | | | 栄養価 幼児 エネルギー Kcal 蛋白質g カルシウムmg |
|----|-------|--|--------------------|-----------------------------|---|-----------------------------------|---|--|
| | | 献立名 | おやつ | おやつ | 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 | 火 | ごはん みそ汁 さばのごま焼き 切干大根の中華和え パイナップル | 牛乳 ウエハース | 麦茶 ぶどうのフルーチェ マンナビスケット | お麩 フルーチェ 白ごま マンナビスケット 米 | さば 豆乳 | かぼちゃ ほうれん草 切干大根 パイナップル 人参 | 516 20 157 |
| 2 | 水 | ごはん みそ汁 赤魚のおろし煮 炒り高野 黄桃缶 | 牛乳 ギンビスアスパラガス | 牛乳 シュガートースト | 米 バター さつま芋 食パン | 赤魚 高野豆腐 牛乳 | ひじき 人参 いんげん 小松菜 黄桃缶 しょうが 大根 | 524 25.1 301 |
| 3 | 木 | ♪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 パイナップル | 牛乳 しょうゆせんべい | 牛乳 ひなあられ いちごのゼリー | 米 エッグケア チョコスプレー ちらし寿司の素 ゼリー 餅 白ごま ひなあられ | 桜でんぶ 錦糸たまご 牛乳 豆腐 鶏肉 生クリーム | のり きぬさや 人参 パイナップル いちご あみつぶ 菜の花 もやし にんにく 長ねぎ 練り梅 しょうが | 571 25.3 255 |
| 4 | 金 | ごはん みそ汁 厚揚げカレー炒め ひじきのサラダ オレンジ | 牛乳 ココナッツサブレ | 牛乳 黒糖蒸しパン | 米 片栗粉 蒸しパンの素 | 豚ひき肉 大豆ミート 厚揚げ 牛乳 | なめこ 小松菜 キャベツ オレンジ 玉ねぎ しめじ 人参 筍 きゅうり 葉だいこん コーン ひじき | 533 25.9 432 |
| 5 | 土 | ごはん みそ汁 すき焼き風煮物 ほうれん草のごま和え 白桃缶 | 牛乳 サラダせんべい | 牛乳 ココアちんすこう | 米 小麦粉 じゃが芋 ココアパウダー 白ごま | 豚こま肉 木綿豆腐 牛乳 | 長ねぎ えのき きぬさや ほうれん草 人参 白桃缶 玉ねぎ | 533 20.2 261 |
| 7 | 月 | ごはん ★かきたま汁★ ほっけの塩焼き ★パプリカ入りスタミナ納豆★ オレンジ | 麦茶 チーズ クラッカー | 牛乳 マスカットゼリー あおぞらせんべい | 米 マスカットゼリー 片栗粉 あおぞらせんべい | 卵 納豆 ほっけ 鶏ひき肉 牛乳 | みつば もやし パプリカ 生姜 オレンジ にんにく | 502 249 214 |
| 8 | 火 | ♪イタリアの料理♪ ピザ ポトフ風スープ 和風サラダ パイナップル | 牛乳 ウエハース | 麦茶 炊き込みごはん | 強力粉 小麦粉 米 | 牛乳 ウィンナー ツナ チーズ 鶏肉 | わかめ トマト きゅうり レタス 白黒 玉 ピーマン パプリカ パイナップル じゃが芋 コーン 人参 エリンギ しめじ ねぎこんにゃく | 589 16.7 80 |
| 9 | 水 | ごはん みそ汁 豆腐の山路あん ★チーズ入りポテトサラダ★ 白桃缶 | 牛乳 マンナビスケット | 牛乳 ★カップケーキ★ | 米 エッグケア 片栗粉 ホットケーキミックス じゃが芋 バター | 油揚げ 牛乳 豆腐 チーズ 豚こま肉 | ほうれん草 えのき コーン 胡瓜 かぼちゃ なめこ 生姜 白桃缶 人参 絹さや ほうれん草 | 532 19.8 271 |
| 10 | 木 | ★カレーうどん★ がんもと鶏肉の煮物 おかか和え オレンジ | 牛乳 しょうゆせんべい | 牛乳 チャーハン | うどん 米 | 豚こま肉 かつおぶし 鶏肉 牛乳 がんも チャーシュー | 玉葱 大根 小松菜 人参 いんげん オレンジ 万能葱 白菜 長葱 | 546 21 274 |
| 11 | 金 | ごはん みそ汁 レバー竜田揚げ ビーフンの和え物 パナナ | 牛乳 ギンビスアスパラガス | 牛乳 ★クッキー★ | 米 バター 小麦粉 ビーフン 片栗粉 | 豚レバー かにかま 牛乳 | なめこ 胡瓜 葉だいこん パナナ コーン 人参 | 527 16.9 201 |
| 12 | 土 | ハヤシライス スープ 野菜とお魚ソーセージ炒め 黄桃缶 | 牛乳 えびせんべい | 牛乳 ジャムサンド | 米 食パン いちごジャム | 豚こま肉 おさかなソーセージ 牛乳 | パセリ マッシュルーム 玉ねぎ 人参 小松菜 黄桃缶 しょうが キャベツ ピーマン にんにく | 529 18.7 244 |
| 14 | 月 | ★ちゃんぽん★ ★厚焼き玉子★ 白菜とえのきの中華和え パナナ | 牛乳 マンナビスケット | 牛乳 みそ焼きおにぎり(1個) | 中華麺 米 | エビ 豚肉 厚焼き玉子 牛乳 なると 豆乳 | きくらげ 人参 コーン キャベツ もやし パナナ 白菜 えのき | 552 19.2 233 |
| 15 | 火 | ごはん 中華スープ ★麻婆豆腐★ ナムル オレンジ | 牛乳 サラダせんべい | 牛乳 ★ココアホットケーキ★ | 米 ココアパウダー 片栗粉 バター ホットケーキミックス | 豚ひき肉 牛乳 大豆ミート 卵 豆腐 豆乳 | 小松菜 生姜 にら オレンジ 玉葱 人参 もやし にんにく 長葱 胡瓜 | 537 26.2 337 |

ご卒園おめでとうございます

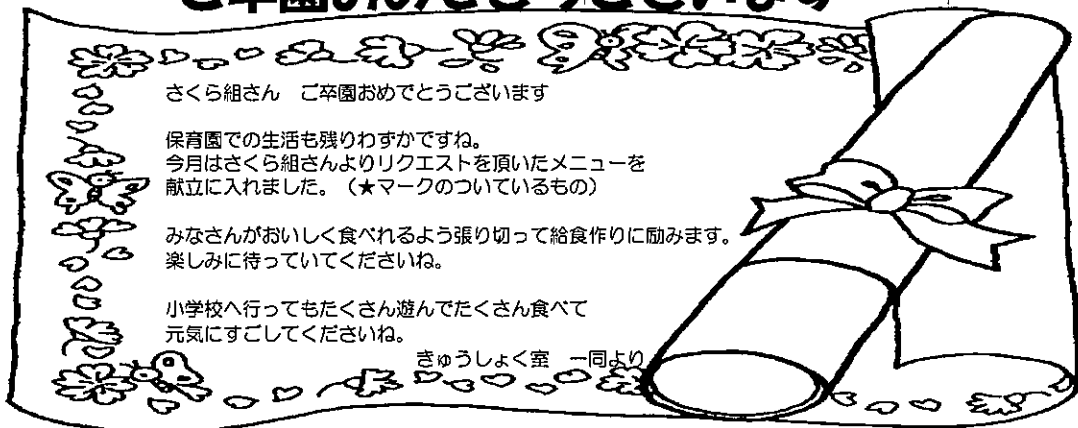
さくら組さん ご卒園おめでとうございます

保育園での生活も残りわずかですね。
今月はさくら組さんよりリクエストを頂いたメニューを
献立に入れました。(★マークのついているもの)

みなさんがおいしく食べられるよう張り切って給食作りに励みます。
楽しみに待っていてくださいね。

小学校へ行ってもたくさん遊んでたくさん食べて
元気にすごしてくださいね。

きゅうしょく室 一同より

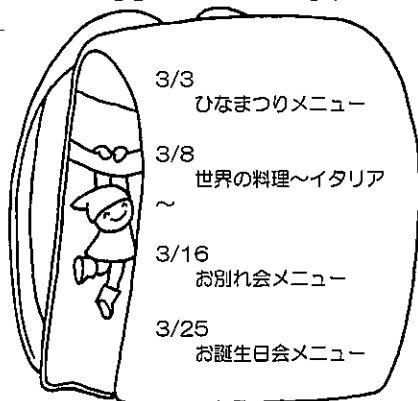


★材料の都合により献立を変更することがあります。



| 日曜 | 乳幼児昼食 | | 1.2歳児午前 | | 1~5歳児午後 | | 主な材料 | | | 栄養価 幼児 エネルギー Kcal 蛋白質g カルシウムmg |
|----|-------|---|------------------|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|---|--------------------|--|--|
| | 献立名 | | おやつ | おやつ | 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 | | | |
| 16 | 水 | ♪お別れ会食♪ ★オムライス★ ★コーンスープ なめこのみそ汁★ ★フレンチサラダ ★いちごのフルーツポンチ プリン★ | 牛乳 えびせんべい | 麦茶 ★アイスクリーム★ | 米 チョコスプレー アイスクリーム カップゼリーの素 | 鶏ひき肉 牛乳 卵 | 人参 玉ねぎ パセリ なめこ きゅうり ビーマン キャベツ 黄桃缶 いちご パナナ | 539 13.3 170 | | |
| 17 | 木 | ごはん すまし汁 つくね焼き ひじき炒め煮 黄桃缶 | 牛乳 マンナビスケット | 牛乳 ★焼きうどん★ | 米 片栗粉 うどん | 豚ひき肉 牛乳 大豆 豚こま肉 油揚げ かつおぶし | 小松菜 ビーマン ひじき つまここんにゃく えのき 長葱 人参 黄桃缶 玉葱 万能葱 コーン 生姜 絹さや | 543 20.6 288 | | |
| 18 | 金 | ごはん みそ汁 おろしハンバーグ 五目きんぴら パナナ | 牛乳 サラダせんべい | 牛乳 ★マカロニきなこ★ | 米 マカロニ 片栗粉 白ごま | ハンバーグ きなこ 牛乳 豆腐 | シラタキ 万能葱 パナナ 長ねぎ 大根 いんげん ごぼう れんこん 人参 | 520 19.2 234 | | |
| 19 | 土 | みそ豚丼 すまし汁 大根サラダ みかん缶 | 牛乳 ギンビスアスパラガス | 牛乳 青りんごゼリー えびせんべい | 米 ゼリーの素 えびせんべい | 豚こま肉 ちくわ 牛乳 | キャベツ ビーマン 大根 玉葱 えのき 胡瓜 人参 菜だいこん みかん缶 | 494 17.9 211 | | |
| 22 | 火 | ★春野菜のチキンカレー★ スープ 野菜とかにかまのソテー パナナ | 牛乳 しょうゆせんべい | 牛乳 小魚おやき | 米 じゃが芋 小麦粉 | 鶏肉 卵 豆乳 牛乳 しらす かにかま かつおぶし | 玉ねぎ アスパラ 人参 白菜 パプリカ コーン 小松菜 パナナ キャベツ 長葱 青のり | 542 19.7 240 | | |
| 23 | 水 | ごはん みそ汁 豆腐ステーキ スパゲティサラダ パイナップル | 牛乳 マリービスケット | 牛乳 きなこトースト | 米 片栗粉 エッグケア 食パン スパゲティ バター | 豆腐 きなこ 牛乳 豚こま肉 | 小松菜 えのき 胡瓜 玉葱 キャベツ パイナップル にら 人参 白菜 | 524 20.2 267 | | |
| 24 | 木 | ★手巻き寿司★ すまし汁 さつま揚げと鶏肉の煮物 マスカットゼリー | 牛乳 ココナッツサブレ | 牛乳 お麩ラスク しょうゆせんべい | 米 お麩 エッグケア バター ゼリー しょうゆせんべい | 納豆 鶏肉 厚焼き玉子 さつま揚げ ツナ 牛乳 | のり 菜だいこん しめじ 胡瓜 大根 生姜 えのき 人参 絹さや | 544 23.2 234 | | |
| 25 | 金 | ♪わくわくランチ♪ たけのこごはん さつま芋のみそ汁 カレーの磯焼き ミモザサラダ パナナ | 牛乳 えびせんべい | ♪お誕生日会♪ 牛乳 ショートケーキ | 米 マフィン生地 さつま芋 エッグケア | 油揚げ 生クリーム カレー 卵 | 青のり さや ブロccoli いちご しめじ ほうれん草 パプリカ 人参 青のり パナナ | 596 27 242 | | |
| 26 | 土 | ごはん みそ汁 肉じゃが オクラとコーンのサラダ パイン缶 | 牛乳 ギンビスアスパラガス | 牛乳 パナナ サラダせんべい | 米 サラダせんべい じゃが芋 | 豚こま肉 ちくわ 牛乳 豆腐 | 菜だいこん コーン もやし キャベツ しらす 人参 玉ねぎ いんげん おくら パナナ パイン缶 | 514 19.9 230 | | |
| 28 | 月 | ★ナポリタン★ 豆乳みそスープ 花野菜サラダ オレンジ | 牛乳 マンナビスケット | 牛乳 のりたまごはん | スパゲティ 米 エッグケア | ウインナー 豆乳 かにかま ツナ 牛乳 | 玉葱 ビーマン カリフラワー マッシュルーム かぼちゃ コーン 大根 ブロccoli オレンジ | 568 20.2 238 | | |
| 29 | 火 | ごはん みそ汁 豚肉と春雨の炒め煮 ほうれん草のなめたけ和え パイナップル | 牛乳 サラダせんべい | 牛乳 ★クレープ★ | 米 バター 春雨 小麦粉 チョコスプレー カステラ | 豚こま肉 油揚げ 牛乳 豆乳 卵 生クリーム | 大根 人参 なめたけ パナナ 万能葱 パイナップル 玉葱 ほうれん草 | 605 23 246 | | |
| 30 | 水 | ごはん 中華スープ かに玉風 春雨ナムル 黄桃缶 | 牛乳 ココナッツサブレ | 牛乳 ジャムクラッカー | 米 いちごジャム 片栗粉 春雨 クラッカー | かにかま ロースハム 卵 牛乳 | もやし 黄桃缶 長ねぎ 人参 筍 菜だいこん 小松菜 | 507 16.9 254 | | |
| 31 | 木 | ごはん みそ汁 ★からあげ★ 酢の物 パナナ | 牛乳 ウエハース | 麦茶 ビーチヨーグルト マンナビスケット | 米 マンナビスケット 片栗粉 小麦粉 | 豆腐 しらす 鶏肉 ヨーグルト 油揚げ | 万能葱 胡瓜 パナナ 生姜 わかめ 白桃缶 にんにく 白菜 黄桃缶 | 520 22.3 263 | | |

☆3月イベント食☆



♪ ~お知らせ~

- ・3/8は手作りピザを提供します。
- ・3/16はお別れ会食です。16日の昼食とPMおやつは、みなさんの大好きなメニューにしました。