

日曜	乳幼児昼食	1.2歳児午前			1~5歳児午後			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	
2月	ごはん すまし汁 さけのねぎみそ焼き 納豆和え 黄桃缶	牛乳 マンナビスケット	牛乳 柏餅風まんじゅう	米 あんこ ホットケーキミックス 小麦粉 お麩	さけ 牛乳 納豆	葉だいこん 小松菜 長葱 人参 黄桃缶	569 26.9 242	
6金	トマトソーススパゲティ スープ ひじきサラダ ゼリー	牛乳 バターサブレ	牛乳 シーチキンおにぎり	スパゲティ 米 バター ゼリー エッグケア	豚ひき肉 ツナ 粉チーズ 牛乳	にんにく ビーマン 胡瓜 いんげん 玉葱 トマト 人参 ひじき しめじ キャベツ コーン	531 19.2 284	
7土	ごはん みそ汁 高野豆腐五目煮 マカロニサラダ パイン缶	牛乳 しょうゆせんべい	牛乳 ジャムトースト	米 エッグケア 里芋 食パン マカロニ	高野豆腐 豚こま肉 牛乳	ほうれん草 人参 キャベツ グリーンピース 玉葱 コーン こんにゃく 胡瓜 パイン缶	571 22.2 267	
9月	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 ビーフンのナムル パナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 ココアケーキ	米 バター ビーフン 白ごま ホットケーキミックス 片栗粉 ココアパウダー	豚ひき肉 卵 豆腐 大豆ミート 牛乳 豆乳	長葱 生姜 にら パナナ チンゲン菜 人参 胡瓜 にんにく 玉葱 もやし	571 25.1 303	
10火	親子丼 みそ汁 じゃがいもと人参の煮物 白桃缶	牛乳 えびせんべい	牛乳 どうぶつクッキー	米 バター 小麦粉 ココアパウダー じゃが芋	卵 豆乳 鶏肉 牛乳	玉葱 ごぼう 白桃缶 人参 みつば わかめ 白菜	542 20.7 221	
11水	ごはん みそ汁 さわらのおろし煮 切干大根の煮物 パイナップル	牛乳 ココナッツサブレ	牛乳 ぶどうゼリー あおぞらせんべい	米 ゼリーの素 あおぞらせんべい	さわら 牛乳 さつま揚げ	小松菜 人参 切干大根 生姜 しめじ 大根 パイナップル	538 22.6 246	
12木	ごはん みそ汁 ぶた大根 ほうれん草のごま和え オレンジ	牛乳 しょうゆせんべい	牛乳 コーンマヨトースト	米 エッグケア 食パン	豚こま肉 厚揚げ 牛乳 ちくわ	にら 大根 人参 コーン いんげん ほうれん草 玉葱 生姜 パセリ オレンジ	520 21 275	
13金	塩ラーメン 野菜コロッケ ブロッコリーのサラダ パナナ	牛乳 マンナビスケット	牛乳 菜めしおにぎり	中華めん 米	豚こま肉 ツナ 野菜コロッケ 牛乳	コーン 人参 もやし キャベツ 長葱 ブロッコリー パナナ	548 18.3 212	
14土	豚丼 みそ汁 わかめサラダ フルーツポンチ	牛乳 キンピアスパラガス	牛乳 黒糖蒸しパン	蒸しパンの素 米	豚こま肉 牛乳 豆腐	玉葱 万能葱 葉だいこん 人参 キャベツ 小松菜 わかめ みかん缶 パナナ 白桃缶	512 19.5 269	
16月	人参ピラフ スープ タンドリーチキン 大根とちくわのサラダ パイナップル	牛乳 マスカットゼリー	牛乳 小魚おやき	米 小麦粉 バター エッグケア	鶏肉 卵 かつおぶし ヨーグルト 豆乳 しらす 牛乳 ちくわ	人参 ほうれん草 胡瓜 青のり パセリ にんにく キャベツ コーン 玉葱 長葱 大根 パイナップル	508 23.8 219	
17火	ごはん みそ汁 白身魚の磯焼き ひじき煮 パナナ	牛乳 バターサブレ	牛乳 ジャムクラッカー	米 クラッカー いちごジャム	カレー 油揚げ 牛乳	なめこ いんげん 青のり わかめ ひじき つきこんにゃく 人参 長葱 パナナ	520 23.5 274	
18水	★静岡の料理★ 茶飯 すまし汁 松風焼き しらすと野菜の和え物 黄桃缶	牛乳 しょうゆせんべい	牛乳 人参のカップケーキ	米 ホットケーキミックス パン粉 バター 花麩	鶏ひき肉 牛乳 大豆 しらす 卵 豆乳	緑茶 人参 長葱 もやし チンゲン菜 玉葱 ひじき 黄桃缶	501 19.2 297	

♪ アスパラガスについて ♪

☆まめ知識☆

体力増強、美肌効果、高血圧予防などに効果があります。

☆アスパラガスの種類☆

『グリーンアスパラガス』
よく日光に当てて育てることで鮮やかなグリーンになります。
やや苦味があり、栄養価も高いです。

『ホワイトアスパラガス』
グリーンアスパラガスと同じ品種を光を遮断して栽培することで真っ白に育てています。

最近では、『紫アスパラガス』や『ミニアスパラガス』などもあります。



☆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			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	
19 木	胚芽パン スープ ハンバーグ ジャーマンポテト オレンジ	牛乳 マンナビスケット	牛乳 かやくごはん	胚芽パン じゃが芋 バター 米 マカロニ	ハンバーグ 鶏肉 ベーコン 油揚げ 牛乳	玉葱 オレンジ コーン ごぼう 人参 葉だいこん	529 19.9 222
20 金	ごはん みそ汁 厚揚げの根菜炒め もやしとかにかまサラダ メロン	牛乳 クラッカー	牛乳 青りんごゼリー しょうゆせんべい	* ゼリーの素 白ごま 板麩 しょうゆせんべい 片栗粉 じゃが芋	かにかま 豚ひき肉 生揚げ 大豆ミート 牛乳	菜の花 ビーマン もやし たけのこ 玉葱 しめじ メロン れんこん 胡瓜 人参	554 22.7 344
21 土	えびチャーハン 中華スープ カレー肉じゃが フルーツポンチ	牛乳 サラダせんべい	牛乳 マカロニきなこ	米 じゃが芋 白ごま マカロニ	むきえび 豚こま肉 牛乳 きなこ	人参 小松菜 えのき 長葱 玉葱 バナナ コーン みかん缶 白桃缶	545 21.7 240
23 月	ごはん 豆乳みそスープ 鶏肉のねぎ塩焼き 根菜の薄葛煮 パイナップル	牛乳 ギンビスアスパラガス	牛乳 コロコロ豆腐ドーナツ	米 白ごま 片栗粉 ホットケーキミックス さつま芋	鶏肉 豆乳 牛乳 ベーコン 豆腐	葉だいこん パイナップル かぼちゃ 大根 にんにく 長葱 玉葱 人参 生姜 キャベツ	559 25 258
24 火	ごはん みそ汁 すき焼き風煮物 キャベツおかか和え 白桃缶	牛乳 しょうゆせんべい	牛乳 ごまちゃんすこう	米 小麦粉 白ごま	牛乳 かつおぶし 豚こま肉 豆腐	なめこ 玉葱 いんげん 長葱 えのき 胡瓜 キャベツ 人参 葉だいこん 白桃缶	538 23.1 263
25 水	ごはん 具沢山すまし汁 中華風香味さば れんこんのきんぴら バナナ	牛乳 サラダせんべい	麦茶 もものフルーチェ マンナビスケット	米 マンナビスケット 片栗粉 フルーチェの素	豆腐 豆乳 さば	白菜 れんこん バナナ 黄桃缶 絹さや 大根 生姜 にんにく 万能葱 人参 長葱 白桃缶	526 19.1 129
26 木	ごはん みそ汁 えびと小松菜と卵の炒め物 スタミナ納豆 メロン	牛乳 ココナッツサブレ	牛乳 みたらしいもち	米 お麩 じゃが芋 片栗粉	むきえび 納豆 卵 牛乳 鶏ひき肉	絹さや 玉葱 人参 大根 生姜 長葱 小松菜 にんにく メロン	514 23.9 260
27 金	★5月の誕生会メニュー★ 五目ちまき風 すまし汁 鶏肉の梅みそ焼き アスパラと春雨のサラダ ピーチゼリー	牛乳 しょうゆせんべい	お誕生日会 麦茶 フルーツクリームパン	米 エッグケア ゼリー もち米 豆乳パン 春雨 花麩	油揚げ ロースハム ちくわ 生クリーム 鶏肉 豆腐	人参 にんにく 小松菜 つきこんにゃく 長葱 生姜 いちご ねりうめ アスパラ 黄桃缶	495 20.7 61
28 土	焼きそば わかめスープ がんもの含め煮 みかん缶	牛乳 ギンビスアスパラガス	牛乳 おかかおにぎり	中華めん 白ごま 米	豚こま肉 かつおぶし がんも 牛乳	キャベツ ビーマン 大根 青のり 玉葱 わかめ 絹さや 人参 長葱 みかん缶	505 18.6 246
30 月	ハッシュドポーク スープ ほうれん草のサラダ メロン	牛乳 しょうゆせんべい	牛乳 あんカステラ	米 じゃが芋 バター カステラ 小麦粉 あんこ	豚こま肉 ツナ 卵 牛乳	パセリ 生卵 クリンビス キャベツ コーン 玉葱 トマト アスパラ ほうれん草 にんにく マッシュルーム メロン	536 19.3 215
31 火	わかめごはん みそ汁 豆腐の山路あんかけ かぼちゃサラダ パイナップル	牛乳 マンナビスケット	牛乳 ゼリー入りフルーツポンチ たべっこどうぶつ	米 片栗粉 エッグケア	牛乳 豆腐 豚こま肉	茄子 えのき かぼちゃ 玉葱 なめこ 生姜 胡瓜 バナナ 人参 絹さや みかん缶 パイナップル	559 19.5 255

～食事のまめちしき～

柏餅を食べるのはなぜ？

端午の節句に、柏餅を用いることが定着してきたのは、江戸の武家社会からといわれています。

柏の葉は、家系が絶えない、子孫繁栄の象徴とされその縁起を担いで、柏餅を食べようになりました。



その当時は、現在のような小豆あんではなく、塩あん、味噌あんが主流だったそうです。

(当園では、2日の午後おやつに柏餅風まんじゅうを提供します。)

イベント

2日 午後おやつ
柏餅風まんじゅう

18日 静岡の料理

27日 お誕生日会メニュー