



日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ
1 (水)	カレーライス ブロッコリーの三色サラダ いよかん	ブルーノ/牛乳/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールウ/ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、食塩/いよかん /せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーノ 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
2 (木)	御飯 みそ汁(もやし・青菜) かじきの竜田揚げ ひじきとさつま芋の炒り煮	せんべい/牛乳/米/もやし、チンゲンサイ、えのきたけ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 /ひじき、さつま芋、にんじん、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、砂糖/焼ふ、バター、砂糖/牛乳	せんべい 牛乳 麩ラスク 牛乳
3 (金)	あさり汁 ちらし寿司 鶏のから揚げ ひな祭り なばなのごま和え(人参)	チーズ/安茶(浸出液)/あさり、焼ふ、ねぎ、昆布だし汁、酒、食塩 しょうゆ/米、酢、砂糖、食塩、さけ(塩)、コーン缶、きゅうり、にんじん ごま、焼きのり/鶏もも肉(皮付き)、しょうが、にんにく、しょうゆ、みりん 砂糖、食塩、片栗粉/なばな、にんじん、しょうゆ、すりごま、砂糖 /粉かんでん、水、砂糖、りんご、もも缶(白桃)、みかん缶、いちご /牛乳	チーズ お茶 寒天入りフルーツポンチ 牛乳
4 (土)	スープパゲティ オレンジ	せんべい/安茶(浸出液)/スパゲティ、あさり水菜缶、たまねぎ 赤ピーマン、しめじ、ごまつな、にんにく、オリーブ油、水、洋風だしの素 食塩、こしょう/オレンジ/せんべい/クラッカー/安茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
6 (月)	御飯 五目みそ汁(さつま芋・だいこん) つみれ(焼き) ほうれん草とコーンのソテー	ヨーグルト/安茶(浸出液)/米/さつま芋、だいこん、はくさい にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ/豚ひき肉、たまねぎ ねぎ、酒、食塩、片栗粉、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、砂糖 片栗粉/ほうれん草、キャベツ、コーン缶、しめじ、油、食塩、しょうゆ /マカロニ、トマト、たまねぎ、油、ケチャップ、食塩、粉チーズ、パセリ粉 /牛乳	ヨーグルト お茶 トマトのイタリアンソテー 牛乳
7 (火)	御飯 はるさめスープ(はくさい) 厚揚げの炒め物 もやしとわかめのナムル	クラッカー/牛乳/米/はるさめ、はくさい、ねぎ、水、中華だしの素 しょうゆ/生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで) にら、しめじ、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉/もやし、にんじん カットわかめ、ごま油、しょうゆ、ごま/ゆでん、油揚げ、たまねぎ にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩/牛乳	クラッカー 牛乳 きつねうどん 牛乳
8 (水)	にんじんごはん 豆腐みそ汁(チンゲン菜・えのき) 豚肉とたまねぎのソテー 切干大根のごま和え	ブルーノ/牛乳/米、にんじん、しょうゆ、食塩/木綿豆腐、チンゲンサイ たまねぎ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ/豚肉(肩ロース)、酒 食塩、片栗粉、たまねぎ、油、ケチャップ、中濃ソース/切り干しだいこん にんじん、しょうゆ、砂糖、食塩、ごま/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーノ 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
9 (木)	御飯 さわらのごま焼き けんちん汁(鶏肉) キャベツと油揚げの炒め煮(人参)	せんべい/牛乳/米/さわら、しょうゆ、みりん、ごま/鶏もも肉、木綿豆腐 だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ごま油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 食塩/キャベツ、にんじん、油揚げ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みりん/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、つぶしあん(砂糖添加) /牛乳	せんべい 牛乳 小豆蒸しパン(米粉)
10 (金)	ミートスパゲティ ハンバーグ(レバー入り・煮込み) きゅうりのピクルス 三橋 マルシェ	チーズ/安茶(浸出液)/スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、油、水、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 /豚ひき肉、豚レバー、たまねぎ、食塩、片栗粉、油、トマト、ケチャップ ウスターソース、砂糖/きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩 /米、炊き込みわかめ/牛乳	チーズ お茶 わかめおにぎり 牛乳
11 (土)	みそ煮込みうどん フルーツカクテル(もも)	せんべい/安茶(浸出液)/干しうどん、しめじ、油揚げ、たまねぎ にんじん、はくさい、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ、みりん/みかん缶 もも缶(白桃)、パイ缶/せんべい/クラッカー/安茶(浸出液)	せんべい お茶 せんべい・クラッカー お茶
13 (月)	御飯 みそ汁(あさり) ナゲット(おから) 小松菜のおかかあえ(もやし)	ヨーグルト/安茶(浸出液)/米/あさり水菜缶、キャベツ、ねぎ かつおだし汁、米みそ/鶏ひき肉、おから、たまねぎ、しょうが、にんにく 水、片栗粉、食塩、こしょう、油/ごまつな、もやし、にんじん、コーン缶 しょうゆ、砂糖、かつお節/さつま芋、砂糖、豆乳、米粉/牛乳	ヨーグルト お茶 もっちりスイーツポテト 牛乳
14 (火)	御飯 中華スープ(チンゲン菜・えのき) マーボー豆腐 はるさめサラダ	クラッカー/牛乳/米/チンゲンサイ、えのきたけ、カットわかめ、水 中華だしの素、食塩/木綿豆腐、豚ひき肉、ねぎ、しょうが、ごま油 しょうゆ、米みそ、砂糖、酒、水、片栗粉/はるさめ、きゅうり、にんじん コーン缶、酢、ごま油、砂糖、しょうゆ、食塩/りんご、砂糖、粉かんでん りんご濃縮果汁/牛乳	クラッカー 牛乳 りんごゼリー 牛乳
15 (水)	御飯 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) 豚肉のしょうが焼き きんぴらごぼう	ブルーノ/牛乳/米/たまねぎ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ/豚肉(肩ロース)、しょうゆ、しょうが、酒、油/ごぼう、にんじん ごま油、しょうゆ、砂糖、いんげん/せんべい/クラッカー/牛乳	ブルーノ 牛乳 せんべい・クラッカー 牛乳
17 (金)	御飯 すまし汁(じゃが芋・ねぎ) 松風焼き・豆腐いり チンゲン菜のあえ物	チーズ/安茶(浸出液)/米/じゃがいも、ねぎ、えのき、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉 米みそ、酒、みりん、ごま、あおのり/チンゲンサイ、にんじん、しらす干し かつおだし汁、しょうゆ、砂糖/にんじん、ホットケーキ粉、無塩バター 砂糖、牛乳/牛乳	チーズ お茶 人参カップケーキ 牛乳
22 (水)	カレーライス フレンチサラダ フルーツポンチ	ブルーノ/牛乳/米、豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールウ/キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、食塩 白こしょう/パイ缶、もも缶(白桃)、みかん缶/小麦粉、コーンスターチ ココア(ビュアココア)、砂糖、食塩、水、油、粉糖/牛乳	ブルーノ 牛乳 クッキー 牛乳
23 (木)	あさりごはん(ひじき) 麩のすまし汁(えのき) ささみフリット 誕生会 小松菜のごま和え(コーン)	せんべい/牛乳/米、あさり水菜缶、ひじき、にんじん、水、しょうゆ、みりん 食塩/焼ふ、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩/鶏ささ身 砂糖、食塩、こしょう、米粉、ベーキングパウダー、ガーリックパウダー、パセリ粉 食塩、豆乳、油/ごまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、ごま/木綿豆腐、砂糖 食塩、豆乳、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、粉糖/牛乳	せんべい 牛乳 豆腐ガトーショコラ 牛乳
24 (金)	御飯 みそ汁(キャベツ・豚肉) さけの塩焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物	チーズ/安茶(浸出液)/米/豚肉(肩ロース)、キャベツ、にんじん、ねぎ かつお・昆布だし汁、米みそ/さけ、食塩/切り干しだいこん、干しいたけ 凍り豆腐、油揚げ、にんじん、水、しょうゆ、砂糖/ホットケーキ粉 木綿豆腐、砂糖、ごま、油/牛乳	チーズ お茶 ごまドーナツ 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	419Kcal (466Kcal)	17.9g (18.6g)
3歳以上児	532Kcal (574Kcal)	21.8g (23.0g)

()は、目標値です。

～行事食～

<p>★ひな祭り(3日)</p> <p>昼食</p> <ul style="list-style-type: none"> あさり汁 ちらし寿司 鶏のから揚げ なばなの胡麻和え 	<p>午後おやつ</p> <ul style="list-style-type: none"> 寒天入りフルーツポンチ 牛乳 	<p>★誕生会(23日)</p> <p>昼食</p> <ul style="list-style-type: none"> あさりご飯 麩のすまし汁 ささみフリット 小松菜の胡麻和え <p>午後おやつ</p> <ul style="list-style-type: none"> 豆腐ガトーショコラ 牛乳
--	--	--