

日	日	日	曜	昼食献立名	果物	朝おやつ	使用食材(※一部調味料は含まれません)			3時おやつ
							熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	15	29	水	御飯 野菜スープ(白菜・えのき・ウインナー) さけのトマトソース ブロッコリーサラダ	バナナ	朝牛乳60 マンナウエハース	こめ、しよくパン、マヨネーズ、さとう、あぶら	ぎゅうにゆう、さけ、ウインナー、ごま	バナナ、ブロッコリー、はくさい、にんじん、トマトピューレ、たまねぎ、きゅうり、いちごジャム、ピーマン、えのきたけ	牛乳100 ジャムサンド
2	16	30	木	どん汁うどん さつまいもの甘煮 きゅうりの昆布あえ	りんご	朝牛乳60 お野菜せんべい	うどん、さつまいも、こめ、さとう、ごまあぶら	ぎゅうにゆう、ぶたにく、みそ、しらすぼし、あぶらあげ、チーズ	りんご、きゅうり、にんじん、だいこん、ねぎ、ごぼう、しおこんぶ	牛乳100 しらすのおやき
3			金	散らし寿司 すまし汁(こまつな・お麩) お花ハンバーグ いんげんのごまあえ	清見オレンジ	朝牛乳60 ミレービスケット	こめ、こむぎこ、さとう、ふ	ぎゅうにゆう、豆腐ハンバーグ、あん、あぶらあげ、ごま	タンゴール、いんげん、ブロッコリー、こまつな、にんじん、れんこん、コーン、さやえんどう、いちごジャム、のり	牛乳100 桜餅風おやつ
4	18		土	和風スパゲティ 野菜スープ(もやし・玉ねぎ・人参) ブロッコリーのマヨネーズ和え	バナナ	朝牛乳60 ふんわりせんべい	スパゲティ、こめ、マヨネーズ、あぶら、かたくりこ	ぎゅうにゆう、鶏小間、ツナかん、かつおぶし	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、バナナ、ピーマン、えのきたけ、もやし、のり	牛乳100 おにぎり(おかか)
5	19		日							
6	20		月	カレーライス わかめスープ 小松菜ともやしのあえ物	りんご	朝牛乳60 マンナウエハース	こめ、じゃがいも、ホットケーキミックス、カレールウ、さとう、あぶら、ごまあぶら	ぎゅうにゆう、とりこ、とうにゆう、ウインナー、バター、きなこ、ごま	りんご、たまねぎ、にんじん、こまつな、もやし、ねぎ、コーン、わかめ	牛乳100 きな粉ホットケーキ
7	★		火	納豆ご飯 すまし汁(小松菜・玉ねぎ) 白身魚の味噌マヨネーズ焼き 野菜ソテー	清見オレンジ	朝牛乳60 お野菜せんべい	こめ、しよくパン、マヨネーズ、さとう、あぶら、かたくりこ	ぎゅうにゆう、たら、なつとう、バター、ウインナー、みそ	タンゴール、ブロッコリー、こまつな、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、あおのり	牛乳100 シュガートースト
8	22		水	ミートスパゲティ 野菜スープ(大根・にんじん) わかめときゅうりの中華サラダ	バナナ	朝牛乳60 ミレービスケット	スパゲティ、こめ、さとう、あぶら、ごまあぶら	ぎゅうにゆう、ぶたひきにく、ツナかん、あぶらあげ、ごま	バナナ、ホールトマト、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、わかめ、ひじき	牛乳100 ひじきおにぎり
9	23		木	御飯 みそ汁(お麩・もやし) 鮭の香味揚げ 切干し大根の旨煮	りんご	朝牛乳60 ふんわりせんべい	こめ、しよくパン、あぶら、さとう、かたくりこ、ごまあぶら、ふ	ぎゅうにゆう、ヨーグルト、さけ、みそ、あぶらあげ	バナナ、りんご、ブロッコリー、にんじん、もやし、きりぼしだいこん、しょうが	牛乳100 バナナヨーグルトパンカリ
10	24		金	御飯 豆腐スープ(豆腐・ねぎ) 酢豚風炒め キャベツと人参のナムル	清見オレンジ	朝牛乳60 マンナウエハース	こめ、じゃがいも、ホットケーキミックス、さとう、かたくりこ、あぶら、ごまあぶら	ぎゅうにゆう、ぶたにく、とうふ、バター	キャベツ、タンゴール、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、ピーマン、ねぎ	牛乳100 南瓜のマドレーズ(卵不使用)
11	25		土	鶏肉のあんかけ丼 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) チンゲン菜と厚揚げの炒め物	バナナ	朝牛乳60 お野菜せんべい	こめ、クラッカー、あぶら、さとう、かたくりこ	ぎゅうにゆう、とりこ、なまあげ、みそ	たまねぎ、チンゲンサイ、バナナ、にんじん、りんごジャム、ブルーベリージャム、いんげん、わかめ	牛乳100 クラッカーサンド2種
12	26		日							
13	27		月	御飯 みそ汁(小松菜・油揚げ) 白身魚の照り焼き じゃが芋炒め	りんご	朝牛乳60 ミレービスケット	こめ、じゃがいも、マカロニ、あぶら	ぎゅうにゆう、たら、あん、みそ、ウインナー、あぶらあげ	りんご、ブロッコリー、こまつな、にんじん、ピーマン	牛乳100 マカロニあずき
14	28		火	キッズビビンバ みそ汁(ねぎ・豆腐) レンコンのきんぴら	清見オレンジ	朝牛乳60 ふんわりせんべい	こめ、さつまいも、さとう、あぶら、ごまあぶら	ぎゅうにゆう、ぶたひきにく、とうふ、とうにゆう、みそ、バター	れんこん、タンゴール、ほうれんそう、にんじん、もやし、ねぎ、しょうが	牛乳100 スイートポテト
17			金	御飯 野菜スープ(もやし・玉ねぎ) 鶏肉のトマト煮 ほうれん草のサラダ	清見オレンジ	朝牛乳60 ミレービスケット	こめ、こむぎこ、さとう、あぶら、ごまあぶら	ぎゅうにゆう、とりこ、バター、しらすぼし	ホールトマト、たまねぎ、ほうれんそう、タンゴール、にんじん、ピーマン、もやし	牛乳100 クッキー(卵不使用)
31 卒園お祝い メニュー			金	ピラフ 野菜スープ(小松菜・もやし) 鶏のから揚げ ポテトサラダ	清見オレンジ	朝牛乳60 ミレービスケット	こめ、じゃがいも、豆乳生クリーム、ホットケーキミックス、あぶら、マヨネーズ、かたくりこ、さとう、ベーキングパウダー	ぎゅうにゆう、とりこ、ウインナー、ツナかん、バター、バター	バナナ、タンゴール、ブロッコリー、こまつな、みかん、たまねぎ、きゅうり、にんじん、もやし、ピーマン、しょうが	牛乳100 アニバーサリーケーキ
お誕生日献立				御飯 みそ汁(玉ねぎ・小松菜) 鶏かつ(卵なし) にんじんのシンプルサラダ	バナナ	朝牛乳60 マンナウエハース	こめ、お米でブルーベリータルト、パンこ、あぶら、こむぎこ、さとう	ぎゅうにゆう、とりこ、みそ	バナナ、タンゴール、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、きゅうり、こまつな	牛乳100 お米でブルーベリータルト 清見オレンジ
<p>1か月の平均栄養量 (1.2歳児・おやつを含む)</p>								エネルギー	496 kcal	
								たんぱく質	20.6 g	
								脂質	15.8 g	
								塩分	1.2 g	

※3月3日はひな祭り行事食となります。

※3月31日は卒園お祝いメニューになります。

※今月の郷土料理&世界の料理はイタリアの鶏肉のトマト煮込みです♪イタリアの定番煮込み料理でカチャトーラとも言います。

17日のお給食で登場します！お楽しみに★

●事前に食事状況調査票にて摂取確認を実施していますが、万が一ご自宅で摂取した事の無い食材がございましたらスタッフまでお申し付け下さい。