



3月 給食献立表



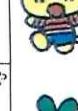
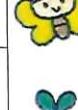
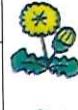
3歳未満児

日	曜	昼 食	おやつ	赤: 旬や肉になる	黄: 热や力となる	緑: 調子をととのえる
1	金	ひなちらし寿司 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 花魅のすまし汁 りんご	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 桜サーフ	普通牛乳・鶏卵・さけ・豚ひき肉 絹ごし豆腐	たべっとうぶつ・上白糖・三温糖・米 ごま・花粉・薄力粉・調合油 いも・ジャム	にんじん・乾しいたけ・きゅうり・れんこん 切干だいこん・こねぎ・たまねぎ・りんご
4	月	フィッシュバーガー [*] ナポリタンベンネ コンソメスープ りんご	牛乳 鉄カルウエハース 牛乳 ラーメン	普通牛乳・さけ・ウインナー	鉄カルウエハース・パン粉・オリーブ油 マヨネーズ・コッペパン・ベンネ 三温糖・じやがいも・中華めん	たまねぎ・青ビーマン・トマト缶詰・キャベツ にんじん・りんご・チンゲンサイ りょくとうも・やし・スイートコーン缶詰・青ねぎ
5	火	ブリの幽庵焼き ほうれん草のおひたし おつゆふのすまし汁 ごはん みかん	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 フレンチトースト	普通牛乳・ぶり・絹ごし豆腐・油揚げ 鶏卵	たべっとうぶつ・片栗粉・三温糖・水 麸・米・食パン・上白糖	ゆず・ゆず・さやいんげん・ほうれんそう にんじん・スイートコーン缶詰・えのきたけ こねぎ・温州みかん
6	水	照り焼きハンバーグ 高野豆腐の卵とじ 貝だくさんみそ汁 ごはん いちご	牛乳 野菜バー 牛乳 カルビスヨーグルト	普通牛乳・牛・小き肉・豚ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・高野豆腐・米みそ ヨーグルト・カーピス	ミニ野菜ステック・パン粉・三温糖 片栗粉・じやがいも・米	ほしひじき・たまねぎ・こまつな・にんじん カットわかめ・いちご・みかん缶詰
7	木	チューリップピラフ てりやきチキン ちくわの磯辺揚げ 太陽ボテトサラダ 添えブロッコリー コンソメスープ いちご	ヤクルト 牛乳 デコレーションケーキ	ヤクルト・豚ひき肉・鶏もも・焼き竹輪 ツナ缶・普通牛乳	米・片栗粉・三温糖・薄力粉・調合油 じやがいも・マヨネーズ・ホールケーキ	にんじん・たまねぎ・青ビーマン アスパラガス・あおのり・ブロッコリー キャベツ・いちご
8	金	ふわふわ丼 ブロッコリーのしらすごま和え さつまいもと大根のみそ汁 りんご	牛乳 鉄カルウエハース 牛乳 ホットケーキ	普通牛乳・鶏もも・油揚げ・鶏卵 しらす干し・米みそ	鉄カルウエハース・三温糖・米・ごま油 ごま・さつまいも・ホットケーキミックス ケー・キシロップ	たまねぎ・にんじん・えのきたけ・糸みつば ブロッコリー・大根・こまつな・りんご
9	土	ナポリタン じやがいものゆかりあえ 小松菜とえのきの和え物 りんご	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 サラダせんべい	普通牛乳・ウインナー	たべっとうぶつ・スパゲティー 三温糖・じやがいも・塩せんべい	にんじん・たまねぎ・青ビーマン・こまつな にんじん・えのきたけ・りんご
11	月	サバの味噌煮 キャベツと人参のツナ和え かぼちゃとたまねぎのかきたま汁 ごはん りんご	牛乳 野菜バー 牛乳 麸のテスク	普通牛乳・長ねば・米みそ・ツナ缶 鶏卵・きな粉	ミニ野菜ステック・三温糖・片栗粉 ごま・米・麸・無塩バター・グラニュー糖	さやいんげん・キャベツ・ブロッコリー にんじん・西洋かぼちゃ・たまねぎ・こねぎ りんご
12	火	さわらのピザ風焼き コールスローサラダ ほうれんそうと豆腐のかきたま汁 ごはん みかん	牛乳 鉄カルウエハース 牛乳 やきいも	普通牛乳・さわら・エメンタールチーズ 鶏卵・絹ごし豆腐	鉄カルウエハース・片栗粉・マカロニ マヨネーズ・米・さつまいも	キャベツ・にんじん・スイートコーン缶詰・レモン こまつな・温州みかん
13	水	とりのからわげ ブロッコリーのおひたし さつまいもともやしのみそ汁 ごはん りんご	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 青のりポテト	普通牛乳・鶏もも・ナレーブ・米みそ	たべっとうぶつ・片栗粉・調合油 三温糖・さつまいも・米・じやがいも	じょうが・ブロッコリー・スイートコーン缶詰 りょくとうも・やし・こまつな・りんご・あおのり
14	木	ねぎ塩チャーハン 春雨サラダ ワカメスープ みかん	牛乳 野菜バー 牛乳 イチゴのロールケーキ	普通牛乳・豚ひき肉・ツナ缶 絹ごし豆腐・鶏卵・クリーム	ミニ野菜ステック・米・はるさめ・ごま 三温糖・ごま油・薄力粉・上白糖 調合油・グラニュー糖	こねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰 ほうれんそう・カットわかめ・りょくとうも・やし 温州みかん・いちご
15	金	卒園オムライス ブロッコリーとツナの和え物 コンソメスープ みかん	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 ジャムサンド	普通牛乳・豚ひき肉・鶏卵・ツナ缶	たべっとうぶつ・米・三温糖 じやがいも・食パン・いちごジャム	たまねぎ・スイートコーン缶詰・青ビーマン にんじん・ブロッコリー・こまつな 温州みかん
16	土	ドライカレー さつまいもの甘露煮 りんご	牛乳 野菜バー 牛乳 ミレービスケット 鉄カルウエハース	普通牛乳・豚ひき肉	ミニ野菜ステック・有塩バター・米 さつまいも・三温糖・ミレービスケット 鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・トマト缶詰・青ビーマン りんご
18	月	ボロネーゼ 小松菜とキャベツのおひたし さつまいものレモン煮 みかん	牛乳 鉄カルウエハース 牛乳 チーズおにぎり	普通牛乳・豚ひき肉・かつお節 プロセスチーズ	鉄カルウエハース・マカロニ・スパゲッティ 薄力粉・三温糖・ごま・さつまいも・米	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・トマト缶詰 こまつな・キャベツ・レモン・温州みかん
19	火	カルビス ウィンナーパン ミルクパン 清見オレンジ	ヤクルト 牛乳 サラダせんべい	ヤクルト・カルピス・普通牛乳	ウインナーロールパンミニ・ミルクパン 塩せんべい	清見オレンジ
21	木	鮭の味噌だれ 三色ナマル キャベツと人参のかきたま汁 ごはん みかん	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 ケチャップポテト	普通牛乳・さけ・米みそ・鶏卵	たべっとうぶつ・片栗粉・三温糖 ごま油・米・じやがいも・調合油	じょうが・さやいんげん・ほうれんそう りょくとうも・やし・にんじん・キャベツ えのきたけ・にんじん・カットわかめ 温州みかん
22	金	キッズボイコーロ さつぱりサラダ 豆腐のすまし汁 ごはん いちご	牛乳 野菜バー 牛乳 肉みそおにぎり	普通牛乳・豚ひき肉・米みそ・絹ごし豆腐 油揚げ・豚ひき肉	ミニ野菜ステック・三温糖 マカロニ・スパゲッティ・ごま油・米・ごま	キャベツ・たまねぎ・にんじん・にんじん カットわかめ・こまつな・いちご
23	土	中華丼 さつぱりサラダ しめじの高野豆腐のすまし汁 りんご	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 サラダせんべい	普通牛乳・豚肉・高野豆腐	たべっとうぶつ・片栗粉・三温糖・米 マカロニ・スパゲッティ・ごま油・塩せんべい	はくさい・にんじん・たまねぎ・にんじん カットわかめ・ぶなしめじ・りんご
25	月	鱈のカレームニエル 大豆とひじきの五目煮 豆腐とえのきのかきたま汁 ごはん みかん	牛乳 野菜バー 牛乳 ココアトースト	普通牛乳・さけ・ナレーブ・油揚げ 鶏卵・絹ごし豆腐	ミニ野菜ステック・薄力粉・片栗粉 オリーブ油・三温糖・米・食パン 無塩バター・上白糖	さやいんげん・ほしひじき・乾しいたけ にんじん・こねぎ・えのきたけ・温州みかん
26	火	マーボー丼 小松菜とにんじんのおひたし かいのちやと大根の味噌汁 ごはん みかん	牛乳 鉄カルウエハース 牛乳 サラダせんべい	普通牛乳・豚ひき肉・木綿豆腐 米みそ	鉄カルウエハース・三温糖・片栗粉 米・塩せんべい	たまねぎ・にんじん・こまつな・西洋かぼちゃ 大根・こねぎ・温州みかん
27	水	生姜注めコロッケ 切干大根のカレー炒め 中華スープ ごはん りんご	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 塩昆布(イルおにぎり)	普通牛乳・牛・豚ひき肉・豚ひき肉 だいすけ・絹ごし豆腐・米みそ かつお削り節	たべっとうぶつ・じやがいも・パン粉 調合油・三温糖・ごま油・ごま・米	たまねぎ・ほしひじき・スイートコーン缶詰 切干だいこん・にんじん・チンゲンサイ ぶなしめじ・りんご・塩昆布
28	木	ボディオムレツ きんびらごぼう キャベツとにんじんのみそ汁 ごはん みかん	牛乳 野菜バー 牛乳 メロンパン風クッキー	普通牛乳・鶏卵・プロセスチーズ ベーコン・豚ひき肉・米みそ	ミニ野菜ステック・じやがいも・三温糖 ごま油・米・森永ホットケーキミックス 調合油・グラニュー糖	たまねぎ・ほうれんそう・ごぼう・にんじん キャベツ・にんじん・ぶなしめじ・こねぎ 温州みかん
29	金	チキンカレーライス マカロニサラダ パンパンジー	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 スイートポテト	普通牛乳・鶏もも・ナレーブ・ささ身	たべっとうぶつ・じやがいも・米 マカロニ・三温糖・ごま油・ごま さつまいも・上白糖	たまねぎ・にんじん・にんじん・カットわかめ りょくとうも・やし・ほうれんそう

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
393 kcal	14.5 g	12.4 g	228 mg	1.6 mg	157 μg	0.20 mg	0.32 mg	26 mg

アレルギー等がご心配な方は、保育園給食よりも前に、その食材をご家庭で可能であれば2回以上食べていただき、様子をみていただきますよう、よろしくお願ひ致します。





3月 給食献立表



3歳以上児

日	曜	昼 食	おやつ	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる
1	金	ひなちらし寿司 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 花麩のすまし汁 りんご	牛乳 桜サブレ	鶏卵・さけ・豚ひき肉・絹ごし豆腐 普通牛乳	白糖・三温糖・米・ごま・花麩 薄力粉・調合油・いちごジャム	にんじん・乾しいたけ・きゅうり・れんこん 切干だいこん・こねぎ・たまねぎ・りんご
4	月	フィッシュバーガー ^{ナポリタンベニ} コンソメスープ りんご	牛乳 ラーメン	さけ・ウインナー・普通牛乳	パン粉・オーブ油・マヨネーズ コッペパン・ベニ・三温糖 じゃがいも・中華めん	たまねぎ・青ビーマン・トマト缶詰・キャベツ にんじん・りんご・チンゲンサイ
5	火	ブリの幽庵焼き ほうれん草のおひたし おつゆふのすまし汁 ごはん みかん	牛乳 フレンチトースト	ぶり・絹ごし豆腐・油揚げ・普通牛乳 鶏卵	片栗粉・三温糖・水・麩・米・食パン 上白糖	りょくどうもやし・スイートコーン缶詰・青ねぎ ゆず・ゆず・さやいんげん・ほうれんそう にんじん・スイートコーン缶詰・えのきたけ こねぎ・温州みかん
6	水	照り焼きハンバーグ 高野豆腐の卵とじ 具だくさんみそ汁 ごはん いちご	牛乳 カルビスマヨーグルト	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐 普通牛乳・鶏卵・高野豆腐・米みそ ヨーグルト・カルビス	パン粉・三温糖・片栗粉・じゃがいも 米	ほしひじき・たまねぎ・こまつな・にんじん カットわかめ・いちご・みかん缶詰
7	木	チューリップピラフ てりやきチキン ちくわの磯辺揚げ 太陽ボテサラダ 添えブロッコリー コンソメスープ いちご	牛乳 デコレーションケーキ	豚ひき肉・鶏もも・焼き竹輪・ソナ缶 普通牛乳	米・片栗粉・三温糖・薄力粉・調合油 じゃがいも・マヨネーズ・ホールケー ^キ	にんじん・たまねぎ・青ビーマン アスパラガス・あおのり・ブロッコリー キャベツ・いちご
8	金	ふわふわ丼 ブロッコリーのしらすごま和え さつまいもと大根のみそ汁 りんご	牛乳 ホットケーキ	鶏もも・油揚げ・鶏卵・しらす干し 米みそ・普通牛乳	三温糖・米・ごま油・ごま・さつまいも ホットケーキミックス・ケーキシロップ	たまねぎ・にんじん・えのきたけ・糸みづば ブロッコリー・大根・こまつな・りんご
9	土	ナポリタン じゃがいものゆかりあえ 小松菜とえのきの和え物 りんご	牛乳 サラダせんべい	ワインナー・普通牛乳	スパゲティー・三温糖・じゃがいも 塩せんべい	にんじん・たまねぎ・青ビーマン・こまつな にんじん・えのきたけ・りんご
11	月	サバの味噌煮 キヤベツと人参のツナ和え かぼちゃとたまねぎのかきたま汁 ごはん りんご	牛乳 麩のラスク	まさば・米みそ・ソナ缶・鶏卵 普通牛乳・きな粉	三温糖・片栗粉・ごま・米・麩 無塩バター・グラニュー糖	さやいんげん・キャベツ・ブロッコリー にんじん・西洋かぼちゃ・たまねぎ・こねぎ りんご
12	火	さわらのビザ風焼き コールスローラダ ほうれんそうと豆腐のかきたま汁 ごはん みかん	牛乳 やきいも	さわら・エメンタールチーズ・鶏卵 絹ごし豆腐・普通牛乳	片栗粉・マカロニ・マヨネーズ・米 さつまいも	キャベツ・にんじん・スイートコーン缶詰・レモン こまつな・温州みかん
13	水	どりのからあげ ブロッコリーのおひたし さつまいもともやしのみそ汁 ごはん りんご	牛乳 青のりボテ	鶏もも・だいす・米みそ・普通牛乳	片栗粉・調合油・三温糖・さつまいも 米・じゃがいも	じょうが・ブロッコリー・スイートコーン缶詰 りょくどうもやし・こまつな・りんご・あおのり
14	木	ねぎ塩チャーハン 春雨サラダ ワカメスープ みかん	牛乳 イチゴのロールケーキ	豚ひき肉・ソナ缶・絹ごし豆腐 普通牛乳・鶏卵・クリーム	米・はるさめ・ごま・三温糖・ごま油 薄力粉・上白糖・調合油 グラニュー糖	こねぎ・にんじん・スイートコーン缶詰 ほうれんそう・カットわかめ・りょくどうもやし 温州みかん・いちご
15	金	卒園オムライス ブロッコリーとソーセージの和え物 コンソメスープ みかん	牛乳 ジャムサンド	豚ひき肉・鶏卵・ソナ缶・普通牛乳	米・三温糖・じゃがいも・食パン いちごジャム	たまねぎ・スイートコーン缶詰・青ビーマン にんじん・ブロッコリー・こまつな 温州みかん
16	土	ドライカレー さつまいもの甘露煮 りんご	牛乳 ミレービスケット 鉄カルウエハース	豚ひき肉・普通牛乳	有塩バター・米・さつまいも・三温糖 ミレービスケット・鉄カルウエハース	たまねぎ・にんじん・トマト缶詰・青ビーマン りんご
18	月	ボロネーゼ 小松菜とキャベツのおひたし さつまいものレモン煮 みかん	牛乳 チーズおにぎり	豚ひき肉・普通牛乳・かつお節 プロセスチーズ	マカロニ・スパゲッティ・薄力粉・三温糖 ごま・さつまいも・米	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ・トマト缶詰 こまつな・キャベツ・レモン・温州みかん
19	火	カルビス ウインナーパン ミルクパン 清見オレンジ	牛乳 サラダせんべい	カルビス・普通牛乳	ウインナーロールパンミニ・ミルクパン 塩せんべい	清見オレンジ
21	木	鮭の味噌だれ 三色ナムル キヤベツと人参のかきたま汁 ごはん みかん	牛乳 ケチャップポテト	さけ・米みそ・鶏卵・普通牛乳	片栗粉・三温糖・ごま油・米 じゃがいも・調合油	じょうが・さやいんげん・ほうれんそう りょくどうもやし・にんじん・キャベツ えのきたけ・にんじん・カットわかめ
22	金	キッズホイコーロー ^{さつぱりサラダ} 豆腐のすまし汁 ごはん いちご	牛乳 肉みそおにぎり	豚もも・米みそ・絹ごし豆腐・油揚げ 普通牛乳・豚ひき肉	三温糖・マカロニ・スパゲッティ・ごま油・米 ごま	温州みかん キャベツ・たまねぎ・にんじん・にんじん カットわかめ・こまつな・いちご
23	土	中華丼 さつぱりサラダ しめじの高野豆腐のすまし汁 りんご	牛乳 サラダせんべい	豚肉・高野豆腐・普通牛乳	片栗粉・三温糖・米・マカロニ・スパゲッティ ごま油・塩せんべい	はくさい・にんじん・たまねぎ・にんじん カットわかめ・ぶなしめじ・りんご
25	月	鱈のカレームニエル 大豆とひじきの五目煮 豆腐とえのきのかきたま汁 ごはん みかん	牛乳 ココアトースト	さわら・だいす・油揚げ・鶏卵 絹ごし豆腐・普通牛乳	薄力粉・片栗粉・オーブ油・三温糖 米・食パン・無塩バター・上白糖	さやいんげん・ほしひじき・乾しいたけ にんじん・こねぎ・えのきたけ・温州みかん
26	火	マー婆ー丼 小松菜とんじんのおひたし かぼちゃと大根の味噌汁 ごはん みかん	牛乳 サラダせんべい	豚ひき肉・木綿豆腐・米みそ 普通牛乳	三温糖・片栗粉・米・塩せんべい	たまねぎ・にんじん・こまつな・西洋かぼちゃ 大根・こねぎ・温州みかん
27	水	まめ主めコロッケ 切干大根のカレー炒め 中華スープ ごはん りんご	牛乳 塩昆布オイルおにぎり	牛ひき肉・豚ひき肉・だいす 絹ごし豆腐・米みそ・普通牛乳 かつお削り節	じゃがいも・パン粉・調合油・三温糖 ごま油・ごま・米	たまねぎ・ほしひじき・スイートコーン缶詰 切干だいこん・にんじん・チンゲンサイ ぶなしめじ・りんご・塩昆布
28	木	ボバイオムレツ きんぴらごぼう キャベツとんじんのみそ汁 ごはん みかん	牛乳 メロンパン風クッキー	鶏卵・プロセスチーズ・ベーコン 豚ひき肉・米みそ・普通牛乳	じゃがいも・三温糖・ごま油・米 森永オットケー ^キ ミックス・調合油 グラニュー糖	たまねぎ・ほうれんそう・ごぼう・にんじん キャベツ・にんじん・ぶなしめじ・こねぎ 温州みかん
29	金	チキンカレーライス マカロニサラダ パンパンジー	牛乳 スイートポテト	鶏もも・だいす・ささ身・普通牛乳	じゃがいも・米・マカロニ・三温糖 ごま油・ごま・さつまいも・上白糖	たまねぎ・にんじん・にんじん・カットわかめ りょくどうもやし・ほうれんそう

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
501 kcal	19.4 g	14.9 g	265 mg	1.7 mg	210 μg	0.28 mg	0.42 mg	33 mg

アレルギー等が心配な方は、保育園給食よりも前に、その食材をご家庭で可能であれば2回以上食べていただき、様子をみていただきますよう、よろしくお願い致します。