

日付	献立	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 炭水化物 脂質/塩分 ()は未満
		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	調味料			
1 水	きつねうどん ささみの甘酢和え いちご	ゆでうどん、米、三温糖、ごま油、 衛生ポーロ	国産ささみほぐし身、薄揚げ、 蒲鉾、しらす干し、こんが、 かつお節、白いりごま	もやし、いちご、にんじん、 きゅうり、ねぎ、国産干椎茸、 ゆかり	本みりん、 穀物酢、しょうゆ	お茶 衛生ポーロ	お茶 手作りゆかりとしらすのお にぎり	396.5(367.5) 17.6(14.6) 69.4(67.1) 6.2(5.2) 1.7(1.3)
2 木	ハッシュドポーク 小松菜のおかまヨ 揚げエビしゅうまい ご飯	カステラ、じゃがいも、小麦粉、 米油、有塩バター、 ノンエッグマヨネーズ、三温糖、 野菜ハイハイ、 米	牛乳、無添加エビしゅうまい、 ぶた肉、かつお節	たまねぎ、にんじん、こまつな、 もやし、トマトピューレ、 グリーンピース、しょうが	ケチャップ、 ウスターソース、 しょうゆ、 コンソメ	牛乳 野菜ハイハイ	牛乳 カステラ	730.8(557.1) 22.7(20.6) 105.3(55.3) 26.8(23.4) 1.7(1.4)
3 金 入園式	花型ハンバーグ かみかみごまサラダ えのきと花麩の澄まし汁 ご飯	あじわいプリン(アルゲン:大豆)、 和風ごま醤油ドレッシング、 花か、米、 動物ビスケット	花型ハンバーグ(鶏豚肉使用)、 スキムミルク、蒲鉾、こんが、 国産ささみほぐし身、 かつお節、牛乳	にんじん、キャベツ、きゅうり、 えのきたけ、切り干しだいこん	ケチャップ、 しょうゆ、食塩	お茶 動物ビスケット	スキムミルク、牛乳 プリン	517.0(440.7) 23.9(16.3) 84.4(68.9) 10.8(12.8) 1.5(1.2)
4 土 手作り弁当	手作り弁当					未定	未定	
6 月 お花見弁当 3, 4, 5歳児	照り焼きチキン トマト風味スパゲティソー コンソメスープ(アスパラ入り) ご飯	星たべよ、スパゲティー、 米油、砂糖、米、 豆乳ウエハース	とり肉、スキムミルク、 ベーコン、ハム、牛乳	にんじん、たまねぎ、 グリーンアスパラガス、 本しめじ、ピーマン	ケチャップ、 しょうゆ、 本みりん、清酒、 コンソメ	さくらんぼゼリー	スキムミルク、牛乳 星たべよ	519.1(506.1) 27.2(22.9) 83.9(71.7) 9.2(16.3) 1.8(1.5)
7 火	マグロカツ(タルタルソース) 涼拌三絲 はんぺんとキャベツの味噌汁 ご飯	源氏パイ、はるさめ、米油、 三温糖、ごま油、米、 アンパンマンのペビーせんべい	牛乳、国産まぐろカツ、薄揚げ、 卵、味噌、ハム、はんぺん、 にぼし、牛乳	にんじん、きゅうり、 キャベツ、もやし	タルタルソース、 穀物酢、 しょうゆ	牛乳 アンパンマンせんべい	牛乳 源氏パイ	660.2(624.2) 21.0(19.8) 85.9(81.3) 27.3(26.0) 2.2(2.0)
8 水	手作りカレーライス 和風野菜ツナサラダ 福神漬	米、じゃがいも、おろしりんご、 有塩バター、小麦粉、 和風ごま醤油ドレッシング、 米油、三温糖	スキムミルク、ぶた肉、牛乳、 ツナ油漬、おしゃぶりこんが	バナナ、たまねぎ、キャベツ、 にんじん、きゅうり、グリーンピース、 福神漬、ニンニク、しょうが、 野菜ジュース	ケチャップ、 ウスターソース、 しょうゆ、カレー粉	野菜ジュース	スキムミルク、牛乳 バナナ おしゃぶりこんが (以上児のみ)	634.1(543.7) 21.0(14.4) 105.2(88.5) 17.3(17.6) 1.7(1.3)
9 木	肉団子のケチャップ煮 小松菜のおひたし かぼちゃと玉ねぎのスープ ご飯	じゃがいも、マカロニ、三温糖、 パン粉、砂糖、片栗粉、 米、 きなこ餅	牛乳、合ひき肉(牛・ぶた)、 きなこ、薄揚げ、ベーコン、 卵、牛乳、かつお節	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、 こまつな、グリーンピース、 パセリ	ケチャップ、 コンソメ、 しょうゆ、食塩	お茶 きなこ餅	牛乳 手作りきな粉マカロニ	658.7(490.2) 26.3(21.6) 99.7(50.5) 19.6(16.9) 1.7(1.5)
10 金	菜の花コロケ 山吹き和え しめじと玉ねぎの中華スープ ご飯	菜の花コロケ、 米油、三温糖、 米、 たまごせんべい鉄入り	スキムミルク、卵、蒲鉾、 白いりごま	たまねぎ、もやし、にんじん、 ほうれんそう、本しめじ、にら	しょうゆ、 コンソメ、 菜めしふりかけ、	お茶、 たまごせんべい(鉄入り)	お茶 手作り青菜のおにぎり	503.0(403.7) 18.4(12.2) 87.0(64.4) 9.9(11.9) 1.5(1.1)
11 土 土曜給食	きつねうどん					未定	未定	
13 月	豆腐のあんかけ 野菜のゆかり和え もやしと竹輪の味噌汁 ご飯	サンドイッチ用食パン、片栗粉、 三温糖、米、 お米リング	牛乳、絹ごし豆腐、とり肉(ひき肉)、 味噌、ちくわ(卵不使用)、にぼし	キャベツ、にんじん、たまねぎ、 もやし、きゅうり、いちごジャム、 グリーンピース、ねぎ、しょうが、 国産干椎茸	しょうゆ、 しそふりかけ	牛乳 お米リング	牛乳 手作りジャムサンド(いち ご)	536.5(484.8) 22.2(20.2) 87.8(72.1) 13.0(15.2) 2.4(1.9)
14 火	焼き鮭 ポテトサラダ 卵と野菜の澄まし汁 ご飯	じゃがいも、幼児用かつばえびせ ん、 ノンエッグマヨネーズ、 米、 マンナビスケット	焼きさけ、スキムミルク、卵、 ハム、こんが、かつお節、 牛乳、ヤクルト	にんじん、たまねぎ、きゅうり、しい たけ、ねぎ	しょうゆ、食塩	ヤクルト マンナビスケット	スキムミルク、牛乳 かつばえびせん	549.1(510.7) 28.4(21.1) 84.4(78.1) 12.7(15.1) 1.5(1.1)
15 水 誕生会	焼きそば ポイルウインナー 野菜スティック おめでとうデザート	調理具なしソース焼きそば、 新おめでとうデザート、 米油	牛乳、ウインナー、ぶた肉、 おやつ煮干し、 まめびよいちご味(豆乳飲料)	オレンジ、にんじん、キャベツ、た まねぎ、もやし、きゅうり	ウスターソース	まめびよ(いちご)	牛乳 オレンジ おやつ煮干し (以上児のみ)	529.0(490.0) 19.9(16.7) 49.8(50.7) 30.8(26.8) 2.6(2.2)
16 木	厚焼き玉子 パン入り甘酢和え 野菜ミルクスープ ご飯	米、三温糖、片栗粉、青のりせんべ い、 米、 ハイハイ	たまごやき(しょうゆ)、牛乳、 スキムミルク、ベーコン、 白いりごま	もやし、にんじん、たまねぎ、 きゅうり、パン缶、しめじ	穀物酢、 コンソメ、 食塩	お茶 ハイハイ	スキムミルク、牛乳 青のりせんべい	593.1(440.2) 18.3(15.4) 95.6(51.5) 16.0(12.4) 1.6(1.3)
17 金	ホイコーロー ハッシュポテト 麩とわかめの澄まし汁 ご飯	ハッシュポテト、マリー、米油、 おつゆ麩、三温糖、片栗粉、 米	牛乳、ヤクルト元気ヨーグルト、 ぶた肉、味噌、こんが、かつお節、 わかめ、白いりごま	たまねぎ、キャベツ、 にんじん、ピーマン、ねぎ	しょうゆ	元気ヨーグルト	牛乳 マリービスケット	576.1(475.4) 17.9(15.8) 81.9(68.5) 21.7(16.9) 1.7(1.4)
18 土 手作り弁当	手作り弁当					未定	未定	
20 月	豚肉の生姜焼き コールスローサラダ 青菜と薄揚げの味噌汁 ご飯	じゃがいも、ノンエッグマヨネーズ、 米油、米、ビスコ(赤)	ぶた肉、スキムミルク、 薄揚げ、味噌、ハム、 にぼし、牛乳	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、チンゲンサイ、 きゅうり、コーン、 しょうが、パセリ	しょうゆ、 本みりん、 清酒、食塩、 こしょう	お茶 ビスコ	スキムミルク、牛乳 手作りコーン入り粉ふき芋	572.8(485.1) 28.3(20.3) 78.0(60.5) 18.4(20.1) 2.4(1.8)
21 火	鯖の味噌煮 焼豚の中華和え たけのことわかめの澄まし汁 ご飯	三温糖、ごま油、米、 おやさいせんべい	牛乳、さば、鉄分丸ぼうろ、 焼きたけ、蒲鉾、味噌、 白いりごま、こんが、 わかめ	にんじん、もやし、きゅうり、 たけのこ(水煮)、しょうが	本みりん、 穀物酢、 しょうゆ	牛乳 おやさいせんべい	お茶 鉄分丸ぼうろ	475.2(489.2) 20.1(19.7) 71.0(68.0) 14.1(17.3) 1.5(1.4)
22 水 おばあちゃんの 味の日	たけのこご飯 キャベツ入りメンチカツ ブロッコリー にら卵スープ	米、米油、 ミニデザート(青りんご)	牛乳、キャベツ入りメンチカツ、 卵、薄揚げ、ベーコン、 こんが	バナナ、にんじん、ブロッコリー、 たまねぎ、たけのこ(水煮)、 にら、国産干椎茸	しょうゆ、 本みりん、 コンソメ	ミニデザート(青りんご)	牛乳 バナナ	581.5(447.7) 19.3(15.0) 85.8(67.1) 19.5(14.8) 1.7(1.4)
23 木	春野菜のポトフ チキンナゲット 野菜の三色ごま和え ご飯	じゃがいも、米油、 ココナッツサブレ、三温糖、 有塩バター、中半月、 米	牛乳、ウインナー、ベーコン、 チキンナゲット(卵・牛乳不使用)、 白いりごま	にんじん、もやし、きゅうり、 キャベツ、たまねぎ、コーン、 グリーンアスパラガス、パセリ	しょうゆ、 コンソメ	お茶 中半月	牛乳 ココナッツサブレ	621.7(460.7) 18.5(14.9) 86.4(41.2) 25.4(21.1) 1.5(1.2)
24 金	豚肉と豆腐のチャンプル風 しらす入り和風サラダ しめじとなるとの澄まし汁 ご飯	和風ごま醤油ドレッシング、 米油、ごま油、 米、白い風船 ホワイト	牛乳、ヨーグルト、 木綿豆腐、卵、ぶた肉、なると、 しらす干し、白いりごま、 こんが、かつお節	にんじん、キャベツ、もやし、 きゅうり、本しめじ、 えのきたけ、コーン、 ねぎ、しょうが	しょうゆ、食塩	牛乳 白い風船	ヨーグルト おしゃぶりこんが (以上児のみ)	478.5(493.5) 20.7(20.7) 70.1(66.9) 14.4(17.8) 1.4(1.4)
25 土 土曜給食	カレーライス					未定	未定	
27 月	じゃが芋のそぼろ煮 マカロニサラダ なめこと薄揚げの味噌汁 ご飯	じゃがいも、ツイストマカロニ、 (ハの実)メープルクッキー、 ノンエッグマヨネーズ、 米油、三温糖、 米、カルシウムウエハース	牛乳、薄揚げ、ハム、 合ひき肉(牛・ぶた)、 味噌、にぼし	にんじん、きゅうり、たまねぎ、 なめこ、キャベツ、ねぎ、 グリーンピース、しょうが	しょうゆ	お茶 カルシウムウエハース	牛乳 手作りメープルクッキー	679.7(515.7) 19.9(15.2) 90.9(68.5) 28.8(21.8) 2.0(1.6)
28 火	鯖のカレー風味フライ ささみ胡麻サラダ ポテトスープ ご飯	じゃがいも、三温糖、米油、 胡麻ドレッシング、 有塩バター、米、 カルシウムせんべい(醤油味)	鯖のカレー風味フライ、 国産ささみほぐし身、 ベーコン	にんじん、バナナ、キャベツ、 みかん(缶)、パン缶、 たまねぎ、もも(缶)、 きゅうり、もやし、コーン、レモン	コンソメ	お茶 カルシウムせんべい (しょうゆ味)	手作りフルーツポンチ	552.0(452.1) 18.5(15.1) 86.7(71.6) 15.6(12.5) 1.2(1.2)
30 木	中華春巻き 納豆和え ワンタンスープ ご飯	中華春巻き、ワンタンの皮、 米油、ごま油、 米	飲むヨーグルト、納豆、 蒲鉾、ベーコン、 おやつ煮干し、 1才からのチーズ・カルシウム入り	もやし、にんじん、きゅうり、 たまねぎ、しいたけ、ねぎ	しょうゆ、 コンソメ	お茶 1歳からのチーズ	飲むヨーグルト おやつ煮干し (以上児のみ)	506.3(375.7) 17.5(15.5) 82.7(33.6) 12.3(9.1) 1.1(1.0)

※行事その他の都合により献立を変更することがあります。

※以上児の栄養量は主食(米飯130g)を含んだ量で算出しています。

給食室よりお知らせ

※4/6(月)は、3, 4, 5歳児は、お弁当とさくらんぼゼリーを持ってお花見に行きます。お弁当の準備をお願いします。

