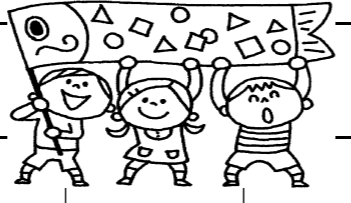


日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3歳未満児 午前おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	土	ひじきチャーハン ブロッコリーのごまマヨあえ とうふとなめこのみそしる バナナ	ぎゅうにゅう りんごジャムサンド	米、食パン、マヨネーズ(スプレッド)、油、ごま(乾)	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、淡色みそ	バナナ、ブロッコリー、りんごジャム、にんじん、なめこ、ピーマン、ねぎ、しいたけ、ひじき	
2	日						
3	月	憲法記念日					
4	火	みどりの日					
5	水	こどもの日					
6	木	やきにくどん ほうれんそうとかにかまのサラダ たまごスープ ミニフィッシュ メロン	ぎゅうにゅう メープルロールパン	米、ロールパン、マヨネーズ、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚こま肉、卵、ミニフィッシュ(味付け小魚)、かにかまぼこ、白みそ、鶏がらスープ、しらす干し	メロン、たまねぎ、ほうれんそう、もやし、たけのこ(ゆで)、にんじん、しいたけ、ピーマン、コーン缶、葉ねぎ、にんにく、しょうが	
7	金	※せきはん かじきのてりやき たけのこのにも きぬさやときゃべつのみそしる オレンジ	ぎゅうにゅう チーズむしケーキ	もち米、砂糖	牛乳、かじき、卵、クリームチーズ、白みそ、ささげ(乾)	オレンジ、たけのこ(ゆで)、キャベツ、にんじん、さやえんどう、いんげん、しょうが	
8	土	シーチキンごはん ジャーマンポテト わかめスープ バナナ	ぎゅうにゅう シナモンシュガー サンド	米、じゃがいも、食パン、砂糖、グラニュー糖、油、ごま	牛乳、卵、木綿豆腐、ツナ油漬缶、ベーコン、バター	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、生わかめ、刻みのり	
9	日						
10	月	ざっこくまいごはん ぐいりあつやきたまご ひじきに だいこんとあつあげのみそしる バナナ	ぎゅうにゅう ソーセージマフィン	米、砂糖、マヨネーズ、強化米、ごま油、きび(精白粒)、油	牛乳、卵、生揚げ、ツナ油漬缶、米みそ(甘みそ)、ワインナー	バナナ、だいこん、トマト、にんじん、切りんにんじん、糸こんにゃく、いんげん、ねぎ、ひじき、干しいたけ	
11	火	バターボール(天然酵母パン) タンドリーチキン コールスローサラダ クリームシチュー オレンジ	むぎちや ちゅうかふうおこわ	ロールパン、じゃがいも、もち米、米、油、砂糖、ごま(乾)、ごま油、食パン	牛乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、ベーコン、焼き豚、バター、鶏がらスープ	トマト、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、にんにく、しょうが、オレンジ	
12	水	ハヤシライス さつまいものサラダ やさいのさっぱりスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ミルクスティックパン	米、ロールパン、さつまいも、マヨネーズ(スプレッド)、油	牛乳、ヨーグルト(加糖)、豚こま肉	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、トマト、きゅうり、エリンギ、しめじ	
13	木	ごはん カレイのにつけ こまつなとこんにゃくのあえもの ごもくみそしる バナナ	ジョア しおやきそば	米、焼きそばめん、砂糖、ごま油、ごま	かれい、魚肉ソーセージ、米みそ(甘みそ)、かにかまぼこ、油揚げ	こまつな、かぼちゃ、たまねぎ、もやし、キャベツ、糸こんにゃく、にんじん、ごぼう、にんじん、ねぎ、バナナ	
14	金	ゆかりごはん とんかつ アスパラのおかかあえ とうふとわかめのみそしる ゼリー	ぎゅうにゅう じゃがバター	じゃがいも、米、パン粉、油、小麦粉	牛乳、豚肉(ヒレ)、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、卵、バター、かつお節	オレンジ、グリーンアスパラガス、にんじん、生わかめ	
15	土	ひじきチャーハン ブロッコリーのごまマヨあえ なめこのみそしる バナナ	ぎゅうにゅう りんごジャムサンド	米、食パン、マヨネーズ(スプレッド)、油、ごま(乾)	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、淡色みそ	バナナ、ブロッコリー、りんごジャム、にんじん、なめこ、ピーマン、ねぎ、しいたけ、ひじき	
16	日						



牛乳・野菜ジュース・飲むヨーグルト等です。



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3歳未満児 午前おやつ
				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	
17	月	※グリーンピースごはん あじのかりかりチーズやき ごぼうとコーンのサラダ たまごほうれんそうのみそしる オレンジ	ぎゅうにゅう こうちやのケーキ	米、ホットケーキ粉、砂糖、パン粉、すりごま(白)、オリーブ油	牛乳、たいせいようあじ、卵、米みそ(甘みそ)、バター	オレンジ、切りごぼう、ほうれんそう、コーン缶、切りんにんじん、グリーンピース、パセリ、にんにく、こんぶ(だし用)	
18	火	スバゲティーマイトソース ポテトサラダ はるキャベツのスープ ヨーグルト	むぎちや かつおおにぎり	スバゲティ、米、じゃがいも、マヨネーズ(スプレッド)、砂糖、オリーブ油	ヨーグルト(加糖)、豚ひき肉、かつお(香)、ベーコン、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、ホールトマト缶、トマトピューレ、きゅうり、マッシュルーム、にんじん、グリーンピース(水煮缶詰)、パセリ、にんにく	
19	水	ごはん さけのごまソテー きりぼしだいこんのにつけ かぼちゃのみそしる バナナ	やさいジュース ホワイトブレーン クッキー	米、小麦粉、砂糖、片栗粉、油、ごま、粉糖	さけ、無塩バター、米みそ(甘みそ)、油揚げ、卵	野菜ジュース、バナナ、日本かぼちゃ、たまねぎ、切り干しだいこん、にんじん、生わかめ	
20	木	やきにくどん ほうれんそうとかにかまのサラダ たまごスープ ミニフィッシュ メロン	ぎゅうにゅう メープルロールパン	米、ロールパン、マヨネーズ、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚こま肉、卵、ミニフィッシュ(味付け小魚)、かにかまぼこ、白みそ、鶏がらスープ、しらす干し	メロン、たまねぎ、ほうれんそう、もやし、たけのこ(ゆで)、にんじん、しいたけ、ピーマン、コーン缶、葉ねぎ、にんにく、しょうが	
21	金	なっとうごはん かじきのてりやき たけのこのにも きぬさやときゃべつのみそしる オレンジ	ぎゅうにゅう チーズむしケーキ	米、砂糖	牛乳、かじき、納豆、卵、クリームチーズ、白みそ、挽きわり納豆	オレンジ、たけのこ(ゆで)、キャベツ、にんじん、さやえんどう、いんげん、しょうが	
22	土	シーチキンごはん ジャーマンポテト わかめスープ バナナ	ぎゅうにゅう シナモンシュガー サンド	米、じゃがいも、食パン、砂糖、グラニュー糖、油、ごま	牛乳、卵、木綿豆腐、ツナ油漬缶、ベーコン、バター	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、生わかめ、刻みのり	
23	日						
24	月	ざっこくまいごはん ぐいりあつやきたまご ひじきに だいこんとあつあげのみそしる バナナ	ぎゅうにゅう ソーセージマフィン	米、砂糖、マヨネーズ、強化米、ごま油、きび(精白粒)、油	牛乳、卵、生揚げ、ツナ油漬缶、米みそ(甘みそ)、ワインナー	バナナ、だいこん、トマト、にんじん、切りんにんじん、糸こんにゃく、いんげん、ねぎ、ひじき、干しいたけ	
25	火	バターボール(天然酵母パン) タンドリーチキン コールスローサラダ クリームシチュー オレンジ	むぎちや ちゅうかふうおこわ	ロールパン、じゃがいも、もち米、米、油、砂糖、ごま(乾)、ごま油、食パン	牛乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、ベーコン、焼き豚、バター、鶏がらスープ	トマト、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、にんにく、しょうが、オレンジ	
26	水	ハヤシライス さつまいものサラダ やさいのさっぱりスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ミルクスティックパン	米、ロールパン、さつまいも、マヨネーズ(スプレッド)、油	牛乳、ヨーグルト(加糖)、豚こま肉	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、トマト、きゅうり、エリンギ、しめじ	
27	木	ごはん カレイのにつけ こまつなとこんにゃくのあえもの ごもくみそしる バナナ	ジョア しおやきそば	米、焼きそばめん、砂糖、ごま油、ごま	かれい、魚肉ソーセージ、米みそ(甘みそ)、かにかまぼこ、油揚げ	こまつな、かぼちゃ、たまねぎ、もやし、キャベツ、糸こんにゃく、にんじん、ごぼう、にんじん、ねぎ、バナナ	
28	金	ゆかりごはん とんかつ アスパラのおかかあえ とうふとわかめのみそしる ゼリー	ぎゅうにゅう じゃがバター	じゃがいも、米、パン粉、油、小麦粉	牛乳、豚肉(ヒレ)、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、卵、バター、かつお節	オレンジ、グリーンアスパラガス、にんじん、生わかめ	
29	土	ひじきチャーハン ブロッコリーのごまマヨあえ なめこのみそしる バナナ	ぎゅうにゅう りんごジャムサンド	米、食パン、マヨネーズ(スプレッド)、油、ごま(乾)	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、淡色みそ	バナナ、ブロッコリー、りんごジャム、にんじん、なめこ、ピーマン、ねぎ、しいたけ、ひじき	
30	日						
31	月	※グリーンピースごはん あじのかりかりチーズやき ごぼうとコーンのサラダ たまごほうれんそうのみそしる オレンジ	ぎゅうにゅう こうちやのケーキ	米、ホットケーキ粉、砂糖、パン粉、すりごま(白)、オリーブ油	牛乳、たいせいようあじ、卵、米みそ(甘みそ)、バター	オレンジ、切りごぼう、ほうれんそう、コーン缶、切りんにんじん、グリーンピース、パセリ、にんにく、こんぶ(だし用)	



牛乳・野菜ジュース・飲むヨーグルトなどです。



表記→※行事・季節献立
*行事・季節・納品などの都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

美味しい春野菜がたくさん出ています。旬の野菜はビタミンも豊富です。旬や絹さや、グリーンピース今月も多く給食にも取り入れています。