

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギーたんぱく質脂質
			午後おやつ	
2 16 30 (月)	ポークカレー 豆腐のおみそ汁 ピーマンのツナ和え オレンジ	牛乳/ビスケット/米、油、たまねぎ、豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、水、鶏がらスープの素、ホールマト缶詰、りんご、カレー粉、食塩、中濃ソース、米粉、水/かつお・昆布だし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ/ツナ水煮缶、ピーマン、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、すりごま/オレンジ/牛乳/油、マカロニ、ベーコン、たまねぎ、ピーマン、にんじん、ケチャップ、中濃ソース、食塩	牛乳	460 kcal
			ビスケット	18.2 g
			マカロニナポリ	14.7 g
3 (火)	さけの混ぜ寿司 ほうれんそうのおみそ汁 だいごんのそぼろあん いちご	牛乳/クラッカー/米、こんぶ(だし用)、酢、砂糖、食塩、さけ、いんげん、コーン(冷凍)/かつおだし汁、ほうれんそう、にんじん、油揚げ、みそ/油、鶏ひき肉、だいごん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)、片栗粉、水/いちご/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、もも缶(黄桃)、無塩バター、砂糖、卵	牛乳	463 kcal
			クラッカー	21.4 g
			ももケーキ	15.2 g
17 31 (火)	さけの混ぜ寿司 ほうれんそうのおみそ汁 だいごんのそぼろあん バナナ	牛乳/クラッカー/米、こんぶ(だし用)、酢、砂糖、食塩、さけ、いんげん、コーン(冷凍)/かつおだし汁、ほうれんそう、にんじん、油揚げ、みそ/油、鶏ひき肉、だいごん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)、片栗粉、水/バナナ/牛乳/食パン、しらす干し、ノンエッグマヨネーズ、あおのり	牛乳	452 kcal
			クラッカー	22.8 g
			じゃこトースト	13.0 g
4 18 (水)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 鶏の塩焼き ちんげんさいのとろみ炒め バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、じゃがいも、切り干しだいごん、カットわかめ、みそ/鶏もも肉、おろししょうが、みりん、食塩、片栗粉/油、チンゲンサイ、はくさい、にんじん、もやし、水、鶏がらスープの素、食塩、片栗粉、水/バナナ/牛乳/ホットケーキ粉、牛乳、にんじん、コーン(冷凍)、粉チーズ	牛乳	475 kcal
			おせんべい	21.2 g
			にんじん蒸しパン	12.4 g
5 (木)	ご飯 チンゲンサイのすまし汁 豚肉のみそ焼き ひじきサラダ オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、切り干しだいごん、カットわかめ、食塩、しょうゆ/豚肉(肩ロース)、おろししょうが、砂糖、みそ、みりん/ひじき、しょうゆ、ツナ水煮缶、きゅうり、にんじん、れんこん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、砂糖/オレンジ/麦茶(浸出液)/りんご、砂糖、水、ヨーグルト(無糖)、砂糖/ソフトせんべい塩味	牛乳	450 kcal
			クラッカー	17.2 g
			麦茶	15.3 g
			りんごヨーグルト、おせんべい	
19 (木)	おにぎり たまねぎのおみそ汁 ミートローフ マゼドアンサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米、カルシウムふりかけ ゆかり、炊き込みわかめ/かつおだし汁、たまねぎ、切り干しだいごん、コーン(冷凍)、みそ/豚ひき肉、たまねぎ、食塩、米粉、ケチャップ、中濃ソース、にんじん/じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/オレンジ/牛乳/ロールパン、生クリーム、砂糖、もも缶(黄桃)	牛乳	543 kcal
			クラッカー	20.8 g
			ロールパンサンド	19.4 g
6 (金)	肉豆腐炒め丼 こまつなのおみそ汁 じゃがいものオープン焼き バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、木綿豆腐、しょうゆ、みりん、片栗粉、水/かつおだし汁、こまつな、もやし、えのきたけ、みそ/じゃがいも、油、食塩、片栗粉、あおのり/バナナ/牛乳/オレンジ濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)/ソフトせんべい塩味	牛乳	453 kcal
			ウエハース	15.7 g
			牛乳	14.7 g
			オレンジゼリー・おせんべい	
7 21 (土)	ご飯 だいごんのおみそ汁 さわらのカレー煮 ほうれんそうのささみ和え みかん	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、だいごん、キャベツ、カットわかめ、みそ/かつおだし汁、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、さわら、片栗粉、カレー粉/鶏ささ身、ほうれんそう、にんじん、もやし、砂糖、しょうゆ、かつお節/みかん/牛乳/かぼちゃ、無塩バター、砂糖、牛乳	牛乳	465 kcal
			おせんべい	21.1 g
			牛乳	15.0 g
			スイートパンプキン	
9 23 (月)	ゆかりご飯 油あげのすまし汁 かれいのねぎみそ焼き さつまいものソテー オレンジ	牛乳/ビスケット/米、カルシウムふりかけ ゆかり/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、もやし、油揚げ、食塩、しょうゆ/かれい、ねぎ、砂糖、みそ、みりん/ごま油、たまねぎ、さつまいも、にんじん、砂糖、みりん、食塩/オレンジ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖、粉チーズ、牛乳	牛乳	475 kcal
			ビスケット	20.6 g
			牛乳	13.4 g
			チーズドロップクッキー	
10 24 (火)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 鶏肉と大豆のごま絡め キャベツサラダ バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、みそ/油、鶏もも肉、だいず水煮缶詰、片栗粉、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、ごま/キャベツ、ブロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、酢/バナナ/牛乳/食パン、ブロッコリー、ツナ水煮缶、ノンエッグマヨネーズ、食塩	牛乳	493 kcal
			ウエハース	21.9 g
			牛乳	14.6 g
			ツナサンド	
11 25 (水)	ご飯 えのきのおみそ汁 さばの塩焼き ごぼうの炒め煮 バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、こまつな、切り干しだいごん、えのきたけ、みそ/さば、食塩/油、豚ひき肉、ごぼう、れんこん、にんじん、ピーマン、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/バナナ/牛乳/米、塩こんぶ	牛乳	514 kcal
			おせんべい	21.2 g
			牛乳	15.9 g
			昆布おにぎり	
12 26 (木)	ご飯 さといものおみそ汁 さけのマヨ焼き こまつなのソテー りんご	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、さといも、もやし、油揚げ、みそ/さけ、食塩、片栗粉、たまねぎ、ノンエッグマヨネーズ/油、こまつな、にんじん、コーン(冷凍)、食塩/りんご/牛乳/小麦粉、砂糖、きな粉、無塩バター、砂糖、きな粉	牛乳	471 kcal
			クラッカー	21.2 g
			牛乳	15.1 g
			きなこボールクッキー	
13 (金)	ご飯 さつまい さわらの塩焼き ブロッコリーのみそ和え バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつお・昆布だし汁、鶏もも肉、片栗粉、さつまいも、たまねぎ、ごぼう、食塩、しょうゆ、みりん/さわら、食塩/しらす干し、ブロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、かつお・昆布だし汁、砂糖、みそ、みりん/バナナ/牛乳/じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり	牛乳	491 kcal
			ウエハース	22.0 g
			牛乳	14.4 g
			いそべいもち	
27 (金)	ケチャップライス たまねぎのおみそ汁 鶏のから揚げ ポイルブロッコリー いちご	牛乳/カルテツウエハース/米、こんぶ(だし用)、油、ピーマン、にんじん、食塩、ケチャップ、砂糖/かつおだし汁、たまねぎ、切り干しだいごん、コーン(冷凍)、みそ/油、鶏もも肉、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、みりん、すりごま、片栗粉/ブロッコリー/いちご/牛乳/油、さといも、片栗粉、食塩	牛乳	455 kcal
			ウエハース	19.9 g
			牛乳	16.9 g
			さといもの素揚げ	
14 28 (土)	ご飯 ジュリエンスープ BBQチキン かぼちゃサラダ みかん	牛乳/お子様せんべい/米/水、鶏がらスープの素、キャベツ、たまねぎ、コーン(冷凍)/鶏もも肉、おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース/かぼちゃ、きゅうり、にんじん、ノンエッグマヨネーズ、砂糖/みかん/牛乳/クラッカー、いちごジャム	牛乳	448 kcal
			おせんべい	21.4 g
			牛乳	13.2 g
			いちごジャムクラッカー	

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っていません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



3月平均栄養量	
471 kcal	
20.4 g	
14.4 g	