



【今年度、初めて出る食材】

今月、新しい食材は、特にありません。

- 使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように先にご家庭で試してみてください
- 申し出がない場合は、献立通りの提供になります



・3日は、ひな祭りの行事食です。
 ・23日は、リクエスト給食です。
 ※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズ、ウィンナーはアレルギー不使用のものを使用します。

乳児さんは朝のおやつに牛乳、おかしがでます

| 日 | 曜 | 昼食献立名 | 3時おやつ | 材料 | | | 調味料 |
|----|---|----------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| | | | | 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 | 水 | ごはん 麻婆豆腐 切干大根のサラダ もやしスープ いよかん | チーズおにかおにぎり 牛乳 | 米、ごま油、さとう 片栗粉 | 絹ごし豆腐、豚ひき肉 白味噌、 プロセスチーズ 花鰹 牛乳 | にんじん、玉ねぎ 切干大根、きゅうり、わかめ もやし、しめじ、いよかん | 醤油、酢、出汁 塩、中華だし |
| 2 | 木 | ごはん 豚大根 ポテトサラダ 味噌汁(厚揚げ・えのき) りんご | 炊き込みご飯 牛乳 | 米、さとう、じゃが芋 エッグケアマヨネーズ | 豚小間肉 厚揚げ、白味噌 ツナ缶 牛乳 | 大根、にんじん、こんにゃく しょうが、きゅうり、えのき りんご | 出汁、醤油、みりん 塩 |
| 3 | 金 | 五目稲荷寿司 鶏肉お好み焼き風 白菜のサラダ 手毬麩の清汁 清見オレンジ | 三色蒸しパン ひなあられ 牛乳 | 米、さとう エッグケアマヨネーズ 手毬麩 ホットケーキミックス いちごジャム | 油揚げ、鶏もも肉 花鰹、豆乳 豆乳生クリーム 牛乳 | ひじき、にんじん、しめじ インゲン、青のり、白菜 白菜、黄パプリカ、小松菜 清見オレンジ、ほうれん草 いちご | 出汁、醤油、みりん 中濃ソース、塩 ひなあられ |
| 4 | 土 | ごはん カレー肉じゃが もやしサラダ 味噌汁(大根・油揚げ) りんご | ゼリー・クラッカー 牛乳 | 米、じゃが芋 油、さとう | 豚小間肉 油揚げ、白味噌 牛乳 | 玉ねぎ、にんじん、しらたき もやし、きゅうり、大根 りんご、ぶどうジュース | 出汁、料理酒、みりん 醤油、カレー粉 酢、寒天 |
| 5 | 日 | | | | | | |
| 6 | 月 | ごはん ハンバーグ じゃが芋のソテー けんちん汁 清見オレンジ | お麩の黒糖ラスク 牛乳 | 米、油、片栗粉 パン粉、じゃが芋 麩、黒糖 | 豚ひき肉 木綿豆腐 牛乳 | 玉ねぎ、にんじん、インゲン 大根、ごぼう、ねぎ 清見オレンジ | 塩、ケチャップ ウスターソース コンソメ、出汁、醤油 |
| 7 | 火 | ごはん ぶりの照り焼き マカロニサラダ 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) 清見オレンジ | にゅうめん 牛乳 | 米、さとう、油 マカロニ エッグケアマヨネーズ そうめん | ぶり 白味噌 鶏ひき肉 牛乳 | きゅうり、にんじん、コーン わかめ、玉ねぎ、清見オレンジ ねぎ | 醤油、みりん、塩 出汁 |
| 8 | 水 | ジャムパン ポークビーンズ きゅうりとちくわのサラダ コーンスープ りんご | 鶏おこわ 牛乳 | 食パン、いちごジャム 油、さとう エッグケアマヨネーズ 米、もち米 | 豚小間肉、大豆水煮 ちくわ、豆乳 鶏ひき肉 牛乳 | 玉ねぎ、にんじん、ピーマン トマト缶、きゅうり、クリームコーン りんご、しめじ、ごぼう | ケチャップ ウスターソース 醤油、コンソメ 塩、料理酒 |
| 9 | 木 | ポークカレーライス 春雨の中華サラダ いよかん | 焼きそば 牛乳 | 米、じゃが芋、油 小麦粉、春雨、さとう ごま油、焼きそば麺 | 豚小間肉 豚ひき肉 牛乳 | にんじん、玉ねぎ、きゅうり コーン、いよかん、玉ねぎ もやし、青のり | カレー粉、コンソメ ケチャップ、中濃ソース 塩、酢、 |
| 10 | 金 | ごはん のり塩から揚げ ブロッコリーのタルタルがけ 味噌汁(なめこ・ねぎ) 清見オレンジ | 人参ケーキ 牛乳 | 米、さとう 片栗粉、油 エッグケアマヨネーズ 小麦粉 | 鶏もも肉 白味噌、豆乳 豆乳生クリーム 牛乳 | しょうが、玉ねぎ、にんじん 青のり、ブロッコリー、もやし なめこ、ねぎ 清見オレンジ | みりん、醤油、出汁 料理酒、塩、 バニラエッセンス |
| 11 | 土 | ごはん 生揚げの中華炒め ほうれん草のおかか和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ) りんご | さつま芋のきな粉スティック 牛乳 | 米、油、 さつまいも、さとう | 厚揚げ、豚小間肉 花鰹、白味噌 きなこ 牛乳 | にんじん、玉ねぎ、ピーマン ほうれん草、コーン キャベツ、玉ねぎ、りんご | 塩、中華だし 醤油、出汁 |
| 12 | 日 | | | | | | |
| 13 | 月 | きつねうどん 鶏肉の照り焼き じゃが芋のきんぴら 清見オレンジ | じゃこおにぎり 牛乳 | うどん、さとう 小麦粉、黒ごま、油 じゃが芋、米 | 油揚げ、鶏もも肉 ちりめん 花鰹 牛乳 | にんじん、ねぎ、ほうれん草 ピーマン、清見オレンジ | 出汁、醤油、みりん 塩 |
| 14 | 火 | ごはん 鯖の和風ムニエル ナムル 味噌汁(切干・人参) りんご | のりチーズトースト 牛乳 | 米、小麦粉、油 ごま油、食パン エッグケアマヨネーズ | 鯖、 白味噌 ピザ用チーズ 牛乳 | もやし、きゅうり、にんじん 切干大根、りんご 刻みのり | 醤油、鶏がらだし 塩 |

| 日 | 曜 | 昼食献立名 | 3時おやつ | 材料 | | | 調味料 |
|----|---|------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| | | | | 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 | |
| 15 | 水 | 食パン クリームシチュー 野菜スティック いよかん | かやくごはん 牛乳 | 食パン、じゃが芋 油、小麦粉 エッグケアマヨネーズ 米 | 鶏小間肉、豆乳 油揚 牛乳 | にんじん、玉ねぎ、ブロッコリー きゅうり、いよかん、しめじ | コンソメ、塩 醤油、塩、料理酒 みりん、出汁 |
| 16 | 木 | ごはん 豚肉の味噌炒め 甘酢和え 清汁(ちくわ・ねぎ) 清見オレンジ | ココア蒸しパン 牛乳 | 米、さとう、油 春雨 ホットケーキミックス | 豚小間肉、白味噌 ちくわ、豆乳 牛乳 | キャベツ、ピーマン、もやし 小松菜、コーン、ねぎ 清見オレンジ | みりん、料理酒 酢、醤油、塩 出汁、ココア ベーキングパウダー |
| 17 | 金 | 甘辛ひきにく丼 シルバーサラダ 清汁(小松菜・麩) 清見オレンジ | ぼたもち 牛乳 | 米、さとう、油 春雨 エッグケアマヨネーズ 麩、もち米 | 豚ひき肉 ゆであずき、きなこ 牛乳 | ねぎ、しめじ、赤パプリカ しょうが、にんにく、にんじん きゅうり、コーン、小松菜 清見オレンジ | みりん、醤油 塩、出汁 |
| 18 | 土 | ごはん 鶏肉のマーマレード炒め わかめとコーンのサラダ 味噌汁(もやし・小松菜) りんご | 昆布とツナのおにぎり 牛乳 | 米、油、ごま油 さとう マーマレードジャム | 鶏小間肉、 白味噌 ツナ缶 牛乳 | 赤パプリカ、玉ねぎ わかめ、きゅうり、コーン もやし、小松菜、りんご | 醤油、料理酒 酢、出汁 昆布佃煮 |
| 19 | 日 | | | | | | |
| 20 | 月 | チキンカレーライス ひじきサラダ りんご | 豆腐ドーナツ 牛乳 | 米、じゃが芋、油 小麦粉、さとう ホットケーキミックス | 鶏小間肉 木綿豆腐 牛乳 | にんじん、玉ねぎ、ひじき きゅうり、コーン、りんご | カレー粉、コンソメ 塩、酢、醤油 |
| 21 | 火 | 春分の日 | | | | | |
| 22 | 水 | ごはん ミートボール(照り焼き味) 大豆入りコールスロー 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) りんご | 大学芋 牛乳 | 米、片栗粉、さとう エッグケアマヨネーズ さつま芋、油 | 豚ひき肉、大豆水煮 白味噌 牛乳 | 玉ねぎ、キャベツ、きゅうり にんじん、かぼちゃ、りんご | みりん、醤油 酢、塩、出汁 |
| 23 | 木 | ごはん 魚のチーズ焼き ほうれん草の海苔和え 味噌汁(厚揚げ・玉ねぎ) 清見オレンジ | ラーメン 牛乳 | 米、油、焼きそば麺 | 赤魚、ピザ用チーズ 厚揚げ、白味噌 牛乳 | ほうれん草、白菜、にんじん 刻みのり、玉ねぎ、清見オレンジ わかめ、ねぎ、コーン | 塩、醤油、出汁 鶏がらだし |
| 24 | 金 | わかめごはん から揚げとポテト 納豆和え コーンスープ いちご | クラッカークリームサンド (レモン・ココア) 牛乳 | 米、油、じゃが芋 さとう、コーンスターチ 片栗粉 クラッカー ごま油 | 鶏もも肉、しらす ひき割り納豆 牛乳、バター 豆乳 | 小松菜、コーン にんじん、たまねぎ わかめ、いちご レモン果汁 | 醤油、酢、みりん ココア、コンソメ ケチャップ |
| 25 | 土 | ごはん 炒り豆腐 じゃが芋の磯和え 味噌汁(人参・えのき) 清見オレンジ | スコーン 牛乳 | 米、油、さとう じゃが芋 ホットケーキミックス いちごジャム | 木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌 豆乳 牛乳 | にんじん、玉ねぎ、ほうれん草 青のり、えのき、清見オレンジ | 醤油、塩、出汁 |
| 26 | 日 | | | | | | |
| 27 | 月 | ごはん ミートローフ じゃが芋カレーソーテー 清汁(ほうれん草・玉ねぎ) 清見オレンジ | きなこボーロ 牛乳 | 米、片栗粉、じゃが芋 小麦粉、さとう 油、ごま | 豚ひき肉 きなこ 豆乳 牛乳 | 玉ねぎ、にんじん、コーン ほうれん草、玉ねぎ 清見オレンジ | 塩、ケチャップ ウスターソース カレー粉、出汁 醤油 ベーキングパウダー |
| 28 | 火 | 豚汁うどん 鯖のオーロラソース焼き ブロッコリーの中華和え りんご | 骨太チャーハン 牛乳 | うどん、油 エッグケアマヨネーズ ごま油、米、ごま | 豚小間肉、木綿豆腐 白味噌、鯖 豚ひき肉、しらす 牛乳 | 大根、ごぼう、にんじん こんにゃく、ねぎ、ブロッコリー りんご | 出汁、みりん、醤油 塩、ケチャップ 酢 |
| 29 | 水 | ごはん レバーの香り揚げ 白菜とりんごのサラダ 味噌汁(もやし・わかめ) 清見オレンジ | ホットケーキ 牛乳 | 米、ごま油、片栗粉 油、さとう ホットケーキミックス | 豚レバー 白味噌 豆乳 牛乳 | しょうが、ピーマン、白菜 きゅうり、にんじん、りんご もやし、わかめ、清見オレンジ | 料理酒、醤油、 出汁、酢、塩 メープルシロップ |
| 30 | 木 | 食パン 鶏じゃがグラタン ツナピーマン炒め 白菜スープ りんご | 味噌焼きおにぎり 牛乳 | 食パン エッグケアマヨネーズ じゃが芋、油、パン粉 米、さとう | 鶏小間肉、ツナ缶 パルメザンチーズ 白味噌 牛乳 | 玉ねぎ、パセリ もやし、ピーマン、コーン 白菜、にんじん、りんご | コンソメ、醤油 カレー粉、塩 みりん、醤油 |
| 31 | 金 | ごはん 鶏肉のバーベキュー焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) 清見オレンジ | ひじきごはん 牛乳 | 米、油、さとう ごま油 | 鶏もも肉 しらす、挽き割り納豆 高野豆腐、白味噌 牛乳、ひじき | にんにく、しょうが、小松菜 にんじん、ねぎ、清見オレンジ | 塩、ケチャップ 中濃ソース、醤油 酢、出汁 |

