

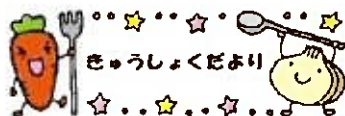
日	曜日	午前	昼食	午後	3色分類			エネルギー(kcal) タンパク(g) 脂質(g)
					あか	黄	みどり	
					(体をつくる・ 血や肉になる)	(力や体温の もとになる)	(体の調子を整える)	食塩相当量(g)
2	月	ビスケット 牛乳	強化米 味噌汁 豚肉のケチャップ焼き ひじきのサラダ ミニゼリー	きなこクッキー 牛乳 	みそ、とうふ、ぶたにく、 ロースハム、きなこ、 ぎゅうにゅう	強化米、なたねあぶ ら、ごま、さとう、ゼ リー、バター、こむぎ こ、ビスケット	たまねぎ、だいこん、 コーン、にんじん、さやえ んどう、ひじき	616(576) 21.4(20.2) 21.6(22.1)
3	火	ビスケット 牛乳	ケーキずし 菜の花のお吸い物 ミートボール いちご	ひなあられ もものゼリー 牛乳	たまご、とりひきにく、カ ニかま、はんぺん、ミー トボール、ぎゅうにゅう	ごはん、あられ、もも ジュース、さとう、ビス ケット	なばな、いちご、かんて ん	545(551) 18.9(19.6) 17.6(20.8)
4	水	ビスケット 牛乳	舞茸の炊き込みご飯 豚汁 ブロッコリーの塩炒め オレンジ	にんじんの 蒸しパン 牛乳	あぶらあげ、とりひきに く、みそ、とうふ、ぶたに く、ぎゅうにゅう、たまご	ごはん、ごまあぶら、さ らだあぶら、さとう、ホッ トケーキミックス、ビス ケット	にんじん、まいたけ、長 ねぎ、しめじ、だいこん、 ブロッコリー、コーン、オ レンジ	558(533) 17.7(17.2) 18.7(19.9)
5	木	ビスケット 牛乳	バターロールパン レタスのスープ チキンのママレード煮 キャベツとコーンのサラダ バナナ	くるみのクッキー 牛乳	たまご、とりもも、ぎゅう にゅう	ロールパン、ごまあぶ ら、ごま、ママレード ジャム、さらだあぶら、 さとう、こむぎこ、くる み、バター、ビスケット	レタス、わかめ、キャベ ツ、コーン、きゅうり、た まねぎ、にんじん、パナ ナ	684(676) 23.6(22.6) 29.1(28.6)
6	金	ビスケット 牛乳	ご飯 味噌汁 たらの煮つけ えのきと小松菜の和え物 りんご	ホットケーキ 牛乳	みそ、とうふ、たら、ぎゅ うにゅう、たまご	ごはん、ごまあぶら、い ちごジャム、ホットケ ーキミックス、ビスケット	たまねぎ、だいこん、え のきたけ、こまつな、に んじん、りんご	567(538) 26.6(24.2) 11.6(14)
7	土	ビスケット 牛乳	チキンライス 玉子スープ 肉団子 オレンジゼリー	カステラ 牛乳	とりひきにく、たまご、 ミートボール、ぎゅう にゅう	ごはん、さとう、オレ ンジジュース、かすてら、 ビスケット	にんじん、たまねぎ、さ やいんげん、ブロッコ リー、みかんかん、かん てん	598(594) 19.4(19.6) 18.8(21.9)
9	月	ビスケット 牛乳	強化米 味噌汁 野菜入り豚そぼろ きゅうりのナムル ミニゼリー	フルーツヨーグルト 牛乳	みそ、とうふ、ぶたひき にく、ヨーグルト、ぎゅう にゅう	強化米、ごま、さとう、 ごまあぶら、ゼリー、ビ スケット	たまねぎ、だいこん、し いたけ、にんじん、きゅう り、わかめ、もやし、コー ン、パインアップルか ん、みかんかん	520(500) 19(18.3) 16.1(17.6)
10	火	ビスケット 牛乳	スパゲッティナポリタン 中華スープ 切り干し大根のサラダ バナナ	ヨーグルトケーキ 牛乳	ぎゅうにゅう、ロースハ ム、とうふ、たまご、ヨー グルト	マカロニ・スパゲッティ、 さとう、バター、マヨネ ーズ、ごま、さらだあぶ ら、ホットケーキミッ クス、ビスケット	ピーマン、たまねぎ、し いたけ、だいこん、にん じん、トウモロコシ、きゅう り、きりぼしだいこん、パ ナナ、レモン	547(548) 17.3(17.2) 16.8(18.3)
11	水	ビスケット 牛乳	《園外保育の日》	おたのしみ サンドイッチ	ぎゅうにゅう	しょくぼん、ビスケット		154(207) 6.9(8.4) 6.6(10) 0.5(0.4)
12	木	ビスケット 牛乳	バターロールパン ミネストローネ ゆで卵とポテトのサラダ チーズ ・ バナナ	ツナ昆布おにぎり 牛乳	ベーコン、たまご、チー ズ、まぐろ、ぎゅうにゅう	ロールパン、じゃがい も、ごはん、ビスケット	トマト缶、たまねぎ、にん じん、キャベツ、きゅう り、バナナ、しおこんぶ	572(586) 18.5(18.7) 13.6(16.2)
13	金	ビスケット 牛乳	ご飯 味噌汁 さけのマヨネーズ焼き 油揚げの五目煮 いちご	ミルクもち 牛乳	みそ、とうふ、べにざ け、あぶらあげ、いんげ んまめ、きなこ、ぎゅう にゅう	ごはん、マヨネーズ、 じゃがいも、さとう、かた くりこ、ビスケット	たまねぎ、だいこん、トマ ト、パセリ(葉)、にんじ ん、干しいたけ、いちご	658(615) 27.1(24.6) 18.2(19.2)
14	土	ビスケット 牛乳	二色そぼろ丼 千切り野菜のスープ フレンチサラダ みかんヨーグルト	菓子パン 牛乳	たまご、とりひきにく、 ヨーグルト、ぎゅうにゅう	さとう、ごはん、しらた き、さらだあぶら、ジャ ムパン、ビスケット	だいこん、にんじん、え のきたけ、さやえんどう、 キャベツ、きゅうり、たま ねぎ、ブロッコリー、みか んかん	605(567) 21.5(20) 19.1(20)
16	月	ビスケット 牛乳	強化米 味噌汁 高野豆腐入りチキンナゲット もやしのサラダ ミニゼリー	ミルク寒天 牛乳	みそ、とうふ、チーズ、と りひきにく、こうやどう ふ、あぶらあげ、ぎゅう にゅう	強化米、かたくりこ、オ リーブゆ、さとう、ごま あぶら、ゼリー、ビス ケット	たまねぎ、だいこん、も やし、きゅうり、にんじ ん、パインアップルか ん、みかんかん、かんて ん	590(555) 24.4(22.4) 21.3(21.9)
17	火	ビスケット 牛乳	けんちんうどん 鶏肉の甘辛煮 さつまいものバター炒め バナナ	おからのマフィン 牛乳	とうふ、あぶらあげ、とり もも、たまご、おから、 ぎゅうにゅう	うどん、さつまいも、バ ター、さとう、こむぎこ、 ビスケット	長ねぎ、しめじ、だいこ ん、にんじん、バナナ	713(683) 25.2(23.5) 19.7(20.6)

18	水	ビスケット 牛乳	しらす入り炊き込みご飯 大根汁 インディアンサラダ 乳酸菌飲料	かぼちゃの 蒸しパン 牛乳	ちりめんじゃこ、ぶたにく、 だいずたんぱく、ちくわ、 ぎゅうにゅう、らんおう	ごはん、さらだあぶら、 じゃがいも、にゅうさん きんいんりょう、さとう、 こむぎこ、ビスケット	こまつな、にんじん、ひじき、 だいこん、長ねぎ、 きゅうり、かぼちゃ	633(589) 21.1(19.8) 20.2(21) 2(1.8)
19	木	ビスケット 牛乳	バターロールパン ポテトのチーズ焼き ハンバーグトマト煮 バナナ	おからの ソフトクッキー 牛乳	チーズ、ベーコン、ぶたひきにく、 とりひきにく、ぎゅうにゅう、 たまご、おから	ロールパン、バター、 じゃがいも、パンこ、 なたねあぶら、こむぎこ、 さとう、ビスケット	たまねぎ、トマト、トマト ジュース、バナナ	662(660) 24.5(23.5) 24.6(25) 1.1(1.1)
20	金			 春分の日・卒園式 				
21	土	ビスケット 牛乳	しらすチャーハン 豆腐とわかめのスープ 鶏つくねバーグ プリン	バームクーヘン 牛乳	たまご、ちりめんじゃこ、 とうふ、みそ、とりひきにく、 ぎゅうにゅう	ごまあぶら、ごはん、 かたくりこ、マヨネーズ、 プリン、バター、こむぎこ、 コーンすたーち、さとう、 ビスケット	こねぎ、にんじん、わかめ、 えのきたけ、長ねぎ	735(670) 32.1(28.6) 28.4(27.5) 1.8(1.3)
23	月	ビスケット 牛乳	強化米 味噌汁 豚肉と野菜の炒め煮 キャベツのおかかあえ ミニゼリー	お麩のラスク 牛乳	みそ、とうふ、ぶたひき にく、かつおぶし、ぎゅう にゅう	強化米、ごまあぶら、 さとう、セリー、バター、 ふ、ビスケット	たまねぎ、だいこん、 長ねぎ、にんじん、ピーマン、 しょうが、にんにく、 キャベツ、きゅうり	569(539) 20.7(19.4) 20.2(20.8) 1.4(1.1)
24	火	ビスケット 牛乳	素麺 厚揚げと白菜のとろみ炒め バナナ	セサミクッキー 牛乳	ロースハム、たまご、 あつあげ、ぎゅうにゅう	そうめん、かたくりこ、 さらだあぶら、ごま、 バター、さとう、こむぎこ、 ビスケット	きゅうり、たまねぎ、 長ねぎ、にんじん、 はくさい、バナナ	757(715) 23.6(22.1) 20.6(21.2) 4.2(3.2)
25	水	ビスケット 牛乳	ハヤシライス ほうれん草の胡麻和え ミニトマト 鉄分入りヨーグルト	お好み焼 牛乳	ぎゅうにく、ぶたひき にく、鉄分入りヨーグルト、 たまご、ぎゅうにゅう	ごはん、ごま、さとう、 こむぎこ、ビスケット	にんじん、たまねぎ、 ほうれんそう、えのきたけ、 ミニトマト、キャベツ	639(613) 21.6(20.4) 19.4(20.5) 2(1.7)
26	木	ビスケット 牛乳	バターロールパン クリームシチュー スパゲッティサラダ バナナ	あんだんご 牛乳	ぎゅうにゅう、とりひき にく、ロースハム、あずき	ロールパン、バター、 こむぎこ、じゃがいも、 マカロニ・スパゲッティ、 マヨネーズ、でんぶん、 ビスケット	さいいんげん、にんじん、 たまねぎ、きゅうり、 バナナ	609(617) 15.2(15.9) 17(19) 1.3(1.1)
27	金	ビスケット 牛乳	ご飯 味噌汁 赤魚の煮つけ ひじき煮 オレンジ 	かぼちゃのマフィン 牛乳	みそ、とうふ、あかうお、 ちくわ、たまご、ぎゅう にゅう	ごはん、さとう、こむぎ こ、バター、ビスケット	たまねぎ、こまつな、 しいたけ、にんじん、ひじき、 オレンジ、かぼちゃ	583(555) 23.3(21.7) 13.4(15.4) 2.2(1.9)
28	土	ビスケット 牛乳	野菜煮込みうどん ひじきハンバーグ りんご	ベルギーワッフル 牛乳	たまご、ぶたひきにく、 ぎゅうにゅう	うどん、パンこ、 バター、こむぎこ、 コーンすたーち、さとう、 ビスケット	しいたけ、にんじん、 はくさい、たまねぎ、 ひじき、りんご	629(586) 26.1(23.8) 25.4(24.9) 3.3(2.7)
30	月	ビスケット 牛乳	強化米 味噌汁 豚肉と大根の甘辛煮 フレンチサラダ ミニゼリー	マカロニきなこ 牛乳 	みそ、とうふ、ぶたにく、 きなこ、ぎゅうにゅう	強化米、ごまあぶら、 さとう、さらだあぶら、 セリー、マカロニ・ スパゲッティ、ビスケット	たまねぎ、だいこん、 こねぎ、キャベツ、 きゅうり、にんじん、 ブロッコリー	538(512) 17.4(16.9) 17.1(18.5) 1(0.9)
31	火	ビスケット 牛乳	カレーライス 白菜とベーコンのコトコスープ ハンバーグ ヨーグルト	フルーツ 寒天ゼリー 牛乳	ぎゅうにく、ベーコン、 ぎゅうにゅう、たまご、 ぶたひきにく、ヨーグルト	じゃがいも、ごはん、 なたねあぶら、さとう、 パンこ、ビスケット	たまねぎ、にんじん、 はくさい、しめじ、 パインアップルかん、 みかんかん、 かんてん	802(727) 29.7(26.4) 32.6(30.8) 4.1(3.3)

※園の行事や食材の入荷状況により、献立の変更をすることがあります。

※また、午前中のおやつのはビスケットには卵成分が含まれる場合があります。ご了承ください。

☆3月26日、31日の給食には卒園するさくらさんがリクエストしたメニュー(緑色の文字で表示されています)がです。楽しみにしててください。小学校へ行ってもおいしい給食をたくさん食べて元気な毎日を過ごしてくださいね。



まだ寒い日もありますが、だんだんと春の訪れが感じられるようになりました。ひなまつり、卒園式、お別れ会などの行事を元気に迎えることが出来るように、引き続き体訓管理には気を付けましょう。保護者の方々には一年間ご協力頂き、本当にありがとうございました。



女の子の節句としてお祝いされているひなまつりは、「無病息災」を祈る行事でもあります。ひな人形を飾り、白酒やひしもちなどお供えします。保育園でも3月3日にひなまつりを行います。給食では恒例の、彩り鮮やかに飾ったひな寿司が出ます。お楽しみに！