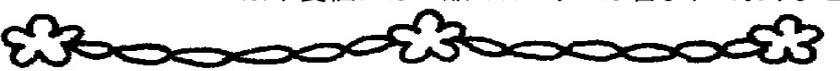


日付	メニュー	材料	おやつ	栄養価
2 (月)	麦ご飯 鯖の味噌煮 小松菜と竹輪のお浸し 清汁 オレンジ	米、押麦 さば、しょうが、減塩みそ、酒、中ざら糖、しょうゆ、にんにく こまつな、にんじん、ちくわ、花かつお、しょうゆ 木綿豆腐、生わかめ、昆布だし汁、食塩 オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 293 kcal たんぱく質 18 g 脂質 15 g カルシウム 223 mg
3 (火)	麦ご飯 鶏のから揚げ マカロニサラダ コンソメスープ バナナ	米、押麦 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、卵、片栗粉、油 マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ハム、マヨドレ 緑豆もやし、キャベツ、コンソメ、食塩 バナナ	カルピス スイートポテト さつまいも、牛乳、砂糖、バター、卵	エネルギー 265 kcal たんぱく質 17 g 脂質 9 g カルシウム 220 mg
4 (水)	麦ご飯 カレーライス ゴマ酢和え 麦茶 キウイフルーツ	米、押麦 豚肉(ばら)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、お米で作ったカレールー、バター、牛乳 キャベツ、緑豆もやし、にんじん、きゅうり、ごま、酢、しょうゆ、三温糖 麦茶 キウイフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 366 kcal たんぱく質 12 g 脂質 20 g カルシウム 217 mg
5 (木)	麦ご飯 五目納豆 けんちん汁 デコボン	米、押麦 納豆、ひきわり納豆、にんじん、ほうれんそう、卵(錦糸卵)、かに風味、しょうゆ 鶏もも肉、油揚げ、木綿豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、しょうゆ、食塩 デコボン	ヨーグルト和え(フルーツ) もも缶(白桃)、みかん缶、 バナナ、ヨーグルト(無糖)	エネルギー 378 kcal たんぱく質 18 g 脂質 19 g カルシウム 251 mg
6 (金)	麦ご飯 鮭の南部焼き ひじきの煮物 味噌汁 グレープフルーツ	米、押麦 さけ、しょうゆ、本みりん、酒、ごま ひじき/ほしひじき、大豆水煮缶、にんじん、さやえんどう、ちくわ、しょうゆ、酒、本みりん はくさい、緑豆もやし、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 がんづき 小麦粉、なたね油、卵、酢、 牛乳、砂糖、じゅうそう	エネルギー 322 kcal たんぱく質 20 g 脂質 10 g カルシウム 239 mg
7 (土)	豚丼 味噌汁 バナナ	米、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、しらたき、しょうゆ、酒、片栗粉 だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 368 kcal たんぱく質 11 g 脂質 11 g カルシウム 209 mg
9 (月)	麦ご飯 炒り豆腐 もやしの和え物 味噌汁 未)煮りんご 以)りんご	米、押麦 鶏ひき肉、木綿豆腐、にんじん、ねぎ、干しいたけ、卵、ごま油、三温糖、しょうゆ、なたね油、片栗粉 緑豆もやし、きゅうり、かに風味、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ りんご、水	牛乳 キャロットケーキ 卵、グラニュー糖、にんじん、小麦粉、 バター、ベーキングパウダー	エネルギー 418 kcal たんぱく質 20 g 脂質 25 g カルシウム 292 mg
10 (火)	麦ご飯 鯖の竜田揚げ 切干大根煮 清汁 キウイフルーツ	米、押麦 さば、しょうが、酒、しょうゆ、片栗粉、なたね油 切り干しだいこん、つきこん、にんじん、油揚げ、干しいたけ、さやえんどう、しょうゆ、酒、本みりん たまねぎ、えのきたけ、五色麩、昆布だし汁、食塩 キウイフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 343 kcal たんぱく質 16 g 脂質 20 g カルシウム 197 mg
11 (水)	麦ご飯 クリームシチュー アスパラのごま和え 麦茶 みかん缶	米、押麦 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、とうもろこし(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、シチューミックスクリーム、バター、牛乳 グリーンアスパラガス、にんじん、ごま、しょうゆ 麦茶 みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 302 kcal たんぱく質 14 g 脂質 12 g カルシウム 213 mg
12 (木)	麦ご飯 ハート型ハンバーグ 小松菜の磯和え 味噌汁 バナナ	米、押麦 豚ひき肉、たまねぎ、卵、牛乳、パン粉、ケチャップ、中濃ソース こまつな、にんじん、ちくわ、刻みのり、しょうゆ キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 ジャムサンド サンドイッチパン、いちごジャム	エネルギー 416 kcal たんぱく質 22 g 脂質 17 g カルシウム 256 mg
13 (金)	ふりかけご飯(のりたま) 鱈と野菜の蒸し焼 若布の酢の物 味噌汁 オレンジ	米、押麦、のりたまふりかけ たら、たまねぎ、にんじん、しめじ、バター 生わかめ、きゅうり、みかん缶、酢、三温糖、しょうゆ はくさい、にんじん、減塩みそ、いわし(煮干し) オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 373 kcal たんぱく質 20 g 脂質 21 g カルシウム 280 mg
14 (土)	ひじきご飯 味噌汁 バナナ	米、ひじき/ほしひじき、にんじん、豚肉(ばら)、油揚げ、しょうゆ、三温糖、酒、食塩 じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 357 kcal たんぱく質 12 g 脂質 11 g カルシウム 217 mg
16 (月)	麦ご飯 鶏肉の五目煮 もやしの和え物 味噌汁 グレープフルーツ	米、押麦 鶏もも肉、にんじん、干しいたけ、板こんにゃく、だいこん、いんげん、本みりん、酒、しょうゆ 緑豆もやし、きゅうり、かに風味、しょうゆ 木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 241 kcal たんぱく質 14 g 脂質 11 g カルシウム 244 mg
17 (火)	麦ご飯 ぶりの照り焼 すき昆布煮 味噌汁 未)煮りんご 以)りんご	米、押麦、しそふりかけ ぶり、しょうが、しょうゆ、本みりん、酒 刻みこんぶ、切り干しだいこん、にんじん、さつまいも、つきこん、大豆水煮缶、さやえんどう、しょうゆ、酒、本みりん キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ りんご、水	牛乳 焼きそば 焼きそばめん、豚肉(ばら)、にんじん、緑豆もやし、 たまねぎ、キャベツ、ピーマン、濃厚ソース	エネルギー 329 kcal たんぱく質 20 g 脂質 18 g カルシウム 230 mg
18 (水)	ゆかりご飯 ツナ入り厚焼卵 ほうれん草の磯和え 味噌汁 デコボン	米、押麦、しそふりかけ にんじん、たまねぎ、ツナ油漬缶、三温糖、食塩、酒、卵 緑豆もやし、ほうれんそう、にんじん、刻みのり、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ デコボン	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 313 kcal たんぱく質 18 g 脂質 15 g カルシウム 249 mg
19 (木)	麦ご飯 麻婆豆腐風 春雨サラダ 中華スープ バナナ	米、押麦 木綿豆腐、干しいたけ、ねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、にんにく、しょうが、しょうゆ、三温糖、減塩みそ、酒、ごま油、片栗粉 はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、卵(錦糸卵)、酢、三温糖、しょうゆ、ごま油 たまねぎ、えのきたけ、五色麩、中華味の素、食塩 バナナ	牛乳 麩ラスク 焼ふ、バター、三温糖	エネルギー 418 kcal たんぱく質 19 g 脂質 22 g カルシウム 309 mg

日付	メニュー	材料	おやつ	栄養価
20(金)	春分の日			
21(土)	卒園式			
23(月)	麦ご飯 カップ納豆 大根のそぼろ煮 味噌汁 グレープフルーツ	米、押麦 納豆、ひきわり納豆、しょうゆ 豚ひき肉、だいこん、にんじん、いんげん、しょうゆ、酒、片栗粉 はくさい、緑豆もやし、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 おから蒸しパン <small>おから、黒砂糖、卵、なたね油、牛乳、ホットケーキ粉、ベーキングパウダー</small>	エネルギー 280 kcal たんぱく質 17 g 脂質 14 g カルシウム 266 mg
24(火)	麦ご飯 鮭の味噌焼 キャベツのソテー 清汁 オレンジ	米、押麦 さけ、減塩みそ、三温糖、本みりん、なたね油 キャベツ、たまねぎ、にんじん、ベーコン、鳥がらスープの素、食塩 木綿豆腐、生わかめ、昆布だし汁、食塩 オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 382 kcal たんぱく質 17 g 脂質 21 g カルシウム 201 mg
25(水)	麦ご飯 チキンピカタ 小松菜の五目和え 味噌汁 キウイフルーツ	米、押麦 鶏もも肉、卵、小麦粉、粉チーズ こまつな、にんじん、しめじ、しらたき、油揚げ、ごま、酒、本みりん、しょうゆ、三温糖 じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ キウイフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 312 kcal たんぱく質 17 g 脂質 16 g カルシウム 280 mg
26(木)	ゆかりご飯 和風ミートローフ 白菜のおかか和え 味噌汁 未)煮りんご 以)りんご	米、押麦、しそふりかけ 鶏ひき肉、ねぎ、ピーマン、にんじん、減塩みそ、片栗粉、三温糖、しょうゆ はくさい、にんじん、花かつお、しょうゆ 木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ りんご、水	牛乳 パウンドケーキ <small>小麦粉、ベーキングパウダー、バター、グラニュー糖、卵</small>	エネルギー 411 kcal たんぱく質 18 g 脂質 24 g カルシウム 260 mg
27(金)	麦ご飯 煮魚 さつまいもサラダ 味噌汁 みかん缶	米、押麦 あかうお、中ざら糖、しょうゆ さつまいも、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ハム、マヨドレ キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 314 kcal たんぱく質 16 g 脂質 13 g カルシウム 229 mg
28(土)	五目うどん オレンジ	干しうどん、にんじん、油揚げ、なると、ほうれんそう、しょうゆ オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 277 kcal たんぱく質 10 g 脂質 9 g カルシウム 196 mg
30(月)	ふりかけご飯(本かつお) 豚肉と大根の煮物 若布の酢の物 味噌汁 バナナ	米、押麦、本かつおふりかけ 豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、じゃがいも、いんげん、しょうゆ、酒、本みりん、三温糖 生わかめ、きゅうり、みかん缶、酢、三温糖、しょうゆ 緑豆もやし、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 347 kcal たんぱく質 14 g 脂質 16 g カルシウム 275 mg
31(火)	お弁当の日 麦茶			

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。
※栄養価にはご飯のカロリーは含まれておりません。


2月に引き続き、今月もゆり組さんからのリクエストメニューです。
卒園・進級まで残りひと月です。思い出の詰まった給食の時間を、みんな楽しんでほしいと思います。






3/2 鯖の味噌煮

3/3 鶏の唐揚げ・マカロニサラダ・スイートポテト

3/4 カレーライス

3/5 五目納豆

3/6 鯖の南部焼き

3/9 キャロットケーキ

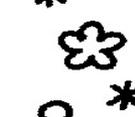
3/10 鯖の竜田揚げ

3/11 クリームシチュー

3/12 ハート形ハンバーグ・ジャムサンド

3/24 鯖の味噌焼き










離乳食献立表



日	献立	材料名
2月	おかゆ, 鯖の味噌煮, 小松菜の煮浸し, 清汁, オレンジ	米、／たら、減塩みそ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、はくさい、食塩、／オレンジ、
3火	おかゆ, 鶏肉の煮物, グリーンマッシュ, 野菜スープ, バナナ	米、／鶏肉、しょうゆ、片栗粉、／じゃがいも、ほうれんそう、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、食塩、／バナナ、
4水	おかゆ, 肉じゃが, キャベツのお浸し, 味噌汁, キウイフルーツ	米、／豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
5木	おかゆ, 二色納豆, けんちん汁, デコボン	米、／ひきわり納豆、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、／鶏肉、木綿豆腐、だいこん、にんじん、しょうゆ、／デコボン、
6金	おかゆ, 鯖の焼き魚, ブロッコリーの煮物, 味噌汁, グレープフルーツ	米、／さけ、食塩、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
7土	おかゆ, 豚肉と野菜の煮物, 味噌汁, バナナ	米、／豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
9月	おかゆ, 鶏肉のそぼろ煮, 小松菜の和え物, 味噌汁, 煮りんご	米、／鶏肉、木綿豆腐、にんじん、しょうゆ、片栗粉、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／りんご、水、
10火	おかゆ, 鯖の煮物, ブロッコリーのお浸し, 清汁, キウイフルーツ	米、／さけ、しょうゆ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／たまねぎ、ほうれんそう、食塩、／キウイフルーツ、
11水	おかゆ, 鶏肉と野菜の煮物, 白菜のお浸し, 味噌汁, みかん缶	米、／鶏肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／はくさい、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
12木	おかゆ, ハート型ハンバーグ, 小松菜の煮物, 味噌汁, バナナ	米、／豚ひき肉、たまねぎ、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
13金	おかゆ, 鯖と野菜の煮物, さつまいもサラダ, 味噌汁, オレンジ	米、／たら、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／さつまいも、ブロッコリー、食塩、／はくさい、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／オレンジ、
14土	おかゆ, 豚肉とほうれん草の煮物, 味噌汁, バナナ	米、／豚肉、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
16月	おかゆ, 鶏肉と大根の煮物, キャベツの煮浸し, 味噌汁, グレープフルーツ	米、／鶏肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、こまつな、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
17火	おかゆ, 鯖の煮魚, かぼちゃの茶巾風, 味噌汁, 煮りんご	米、／さけ、しょうゆ、／かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／りんご、水、
18水	おかゆ, つくね煮, ほうれん草のお浸し, 味噌汁, デコボン	米、／鶏ひき肉、にんじん、しょうゆ、片栗粉、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／デコボン、
19木	おかゆ, 豆腐のふんわり煮, 白菜の煮浸し, 野菜スープ, バナナ	米、／木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、しょうゆ、片栗粉、／はくさい、にんじん、しょうゆ、／ほうれんそう、たまねぎ、食塩、／バナナ、
20金	春分の日	
21土	卒園式	
23月	おかゆ, ひきわり納豆, 大根のそぼろ煮, 味噌汁, グレープフルーツ	米、／ひきわり納豆、しょうゆ、／豚ひき肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、片栗粉、／はくさい、こまつな、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
24火	おかゆ, 鯖の味噌焼, キャベツの煮物, 清汁, オレンジ	米、／さけ、減塩みそ、／キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／たまねぎ、ほうれんそう、食塩、／オレンジ、
25水	おかゆ, 鶏肉の煮物, 小松菜の和え物, 味噌汁, キウイフルーツ	米、／鶏肉、しょうゆ、片栗粉、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
26木	おかゆ, 和風ミートローフ, 白菜のお浸し, 味噌汁, 煮りんご	米、／鶏ひき肉、にんじん、減塩みそ、片栗粉、しょうゆ、／はくさい、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、こまつな、いわし(煮干し)、減塩みそ、／りんご、水、
27金	おかゆ, 煮魚, さつまいもの煮物, 味噌汁, みかん缶	米、／あかうお、しょうゆ、／さつまいも、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
28土	二色うどん, オレンジ	干しうどん、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、／オレンジ、
30月	おかゆ, 豚肉と大根の煮物, ほうれん草のお浸し, 味噌汁, バナナ	米、／豚肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／こまつな、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
31火	おかゆ, 鯖の煮物, ブロッコリーのお浸し, 味噌汁	米、／たら、しょうゆ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。