

献立名				食 材			
乳児おやつ	主食	副 食 ():乳児のみ	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
2月	牛乳 ウエハース	ご飯	スープ 麻婆春雨 わかめサラダ (果物)	牛乳 ピーチケーキ	米 春雨 小麦粉 マーガリン 油	たまご 豚肉 味噌 牛乳	しめじ 小松菜 人参 にら キャベツ きゅうり
3火	麦茶 チーズ	五目寿司 清まし汁 唐揚げ(ブロッコリー) 果物	カルピス セリー ひなあられ	米 ごま 油 ひなあられ	たまご 豆腐 鶏肉 えび	筍 いんげん 人参 ブロッコリー なめこ	
4水	牛乳 さつま芋	パン	トマトスープ 海老マカロニグラタン チキンサラダ デザート	牛乳 誕生日ケーキ	パン マカロニ 小麦粉 マーガリン さつま芋	たまご えび 豆腐 牛乳 鶏肉 枝豆	長葱 玉葱 キャベツ トマト コーン
5木	牛乳 ポーロ	ご飯	味噌汁 鮭の幽庵焼き 野菜の昆布和え 果物	牛乳 メロンパン	米 ごま油 メロンパン	鮭 味噌	なめこ ほうれん草 ブロッコリー えのき
6金	牛乳 じゃが芋		焼きそば スープ きんぴら 果物	麦茶 ツなおにぎり	米 中華麺 しらたき ごま油	ツナ 豚肉	ピーマン もやし 人参 キャベツ 蓮根 いんげん
7土	牛乳		セレクトおにぎり 味噌汁 果物	麦茶 プリン 歌舞伎揚げ	米	味噌 高野豆腐 プリン	しめじ 人参
9月	牛乳 ウエハース	ご飯	味噌汁 豚肉の生姜焼き オクラの納豆和え (果物)	牛乳 ジンジャーマフィン	麩 小麦粉 ごま油 マーガリン 米	たまご 豚肉 納豆 牛乳	もやし 玉葱 人参 えのき オクラ
10火	牛乳 せんべい	ご飯	味噌汁 豚大根煮 ナムル 果物	牛乳 チーズ焼き	米 じゃが芋	油揚げ 豆腐 豚肉 チーズ 牛乳	人参 大根 しめじ 小松菜 もやし キャベツ
11水	牛乳 さつま芋	パン	カレースープ 魚の野菜ソテー添え ツナサラダ 果物	麦茶 プリン せんべい	パン じゃが芋	豚肉 かじき ツナ	玉葱 人参 しめじ ピーマン キャベツ きゅうり
12木	麦茶 チーズ	ご飯	味噌汁 豚肉と野菜のケチャップ煮 キャベツのおかかひじき (果物)	牛乳 ジャムクレープ	米 小麦粉 ごま油	牛乳 豚肉 たまご	もやし にら 玉葱 人参 キャベツ パプリカ
13金	牛乳 ポーロ		三色そぼろ丼 味噌汁 五色なます 果物	牛乳 お麩ラスク	米 ごま 麩 しらたき マーガリン	たまご 鶏肉 豆腐 味噌	ほうれん草 大根 人参 きゅうり 長葱
14土	牛乳		二色サンド スープ 果物	牛乳 せんべい ヨーグルト	食パン	ツナ 牛乳 ヨーグルト	キャベツ しめじ チンゲンサイ
16月	牛乳 ウエハース	ご飯	スープ 麻婆春雨 わかめサラダ (果物)	牛乳 いちごケーキ	米 春雨 小麦粉 マーガリン 油	たまご 豚肉 味噌 牛乳	しめじ 小松菜 人参 にら キャベツ きゅうり
17火	牛乳 さつま芋		和風スパゲティー スープ 切干大根サラダ 果物	牛乳 ロールケーキの フルーツのせ	スパゲティー ごま マヨネーズ ロールケーキ	牛乳 生クリーム ベーコン	玉葱 しめじ 人参 ほうれん草 切干大根
18水	麦茶 チーズ	ご飯	味噌汁 八宝菜 もやしとわかめの酢の物 果物	麦茶 セリー せんべい	米 ごま さつま芋	豚肉 ナルト	玉葱 小松菜 白菜 筍 きゅうり もやし
19木	牛乳 ポーロ	ご飯	味噌汁 鮭の幽庵焼き 野菜の昆布和え 果物	牛乳 イチゴクリームパン	米 ごま油 メロンパン	鮭 味噌	なめこ ほうれん草 ブロッコリー えのき
20金	春 分 の 日						
21土	牛乳		セレクトおにぎり 味噌汁 果物	牛乳 プリン 歌舞伎揚げ	米	味噌 牛乳 高野豆腐 プリン	しめじ 人参
23月	牛乳 ウエハース	ご飯	味噌汁 豚肉の生姜焼き オクラの納豆和え (果物)	牛乳 豆腐スコーン	麩 小麦粉 ごま油 マーガリン 米	たまご 豚肉 納豆 牛乳 豆腐	もやし 玉葱 人参 えのき オクラ
24火	牛乳 せんべい	ご飯	味噌汁 豚大根煮 ナムル 果物	麦茶 あんかけラーメン	米 じゃが芋 中華麺	油揚げ 豆腐 豚肉	人参 大根 しめじ 小松菜 もやし キャベツ
25水	牛乳 さつま芋	パン	カレースープ 魚の野菜ソテー添え ツナサラダ 果物	麦茶 きなこおはぎ	パン じゃが芋 米 もち米	豚肉 かじき ツナ きなこ	玉葱 人参 しめじ ピーマン キャベツ きゅうり
26木	牛乳 じゃが芋		エッグピラフ 春野菜ミネストローネ エビフライ サラダ デザート	麦茶 せんべい ヨーグルト	米 小麦粉 油 パン粉	えび 鶏肉 たまご 生クリーム ヨーグルト	人参 玉葱 春キャベツ アスパラ トマト ブロッコリー
27金	牛乳 ポーロ		三色そぼろ丼 味噌汁 五色なます 果物	牛乳 しらすトースト	米 ごま 食パン しらたき マヨネーズ	たまご 鶏肉 豆腐 味噌 しらす	ほうれん草 大根 人参 きゅうり 長葱
28土	牛乳		二色サンド スープ 果物	牛乳 せんべい ヨーグルト	食パン	ツナ 牛乳 ヨーグルト	キャベツ しめじ チンゲンサイ
30月	牛乳 ウエハース	青菜 ご飯	味噌汁 鶏の香味焼き キャベツとしらすのサラダ	麦茶 煮込みうどん	米 うどん 麩 ごま油	油揚げ かまぼこ 鶏肉 しらす	人参 長葱 キャベツ ほうれん草
31火	牛乳 せんべい	赤飯	のっぺい汁 煮魚 いんげんともやしの胡麻和え 果物	牛乳 クラッカーサンド	米 もち米 ごま じゃが芋 クラッカー	ささげ 鶏肉 麩 かじき チーズ	人参 長葱 もやし いんげん

◎ 納品の都合により献立内容を変更する場合がございます

◎ 砂糖は三温糖を使用しています

◎ 出汁汁はかつおと煮干しからとっています

◎ 幼児クラスの遠足時の弁当持参については内容が決まり次第お知らせいたします

作成 栄養士 佐藤