

日	曜日	こんだて	<あか> 血や肉をつくる	<きいろ> 熱や力になる	<みどり> 体の調子を整える	おやつ	
1日	金	(ひな祭りメニュー)ちらし寿司 魚天ぷら お浸し アーサ汁 ゼリー	油揚げ 卵 ホキ 豆腐	米 油 小麦粉	人参 れんこん たけのこ 乾しいたけ 青のり ほうれん草 白菜 あおさ ストロベリーゼリー	カルピス ひなあられ	
2日	土	ミートスパゲティ キャベツのゆかり 和え ほうれん草スープ 果物	豚ひき肉 油揚げ さけ	スパゲティ 油 米	人参 玉葱 セロリ ピーマン マッシュルーム缶 トマト缶 キャベツ ほうれん草 パナナ	鮭おにぎり	
4日	月	強化あわごはん 鶏すき風煮 さつま芋のバター煮 ワカメスープ 果物	鶏肉 豆腐 卵 牛乳	米 あわ 砂糖 油 さつま芋 バター ふ 小麦粉 オートミール 黒糖	白菜 玉葱 人参 しいたけ 白滝 こまつな わかめ みかん	保育乳 オートミールクッキー	
5日	火	発芽米ごはん 魚のオーロラソース焼 き キャベツひき肉炒め 大根のみそ汁 果物	ホキ 豚ひき肉 油揚げ 練乳 牛乳	米 発芽米 バター マヨネーズ 油 砂糖 片栗粉 小麦粉	パセリ キャベツ 人参 玉葱 ピーマン 大根 わかめ ねぎ りんご	保育乳 マーラーカオ	
6日	水	お弁当会 (お弁当のしみだね!)					保育乳 アップルパイ
7日	木	発芽米ごはん 揚げ出し豆腐 人参シリシリ イナムドゥチ 果物	豆腐 卵 豚肉 かまぼこ 牛乳	米 雑穀 片栗粉 油 パン	大根 人参 には 乾しいたけ こんにゃく ねぎ しめじ みかん	保育乳 ココア揚げパン	
8日	金	チキンカレー コールスローサラダ チンゲン菜スープ 果物	鶏肉 卵 牛乳	米 押麦 じゃが芋 小麦粉 マヨネーズ ふ 黒糖	人参 玉葱 ブロッコリー セロリ マッシュルーム缶 キャベツ 胡瓜 コーン缶 チンゲン菜 りんご	保育乳 手作りタンナファク ル	
9日	土	ガーリックチャーハン ホウレン草ごま和え ゆし豆腐 果物	豚肉 ちくわ ゆし豆腐 牛乳	米 押麦 油 砂糖 ごま	にんにく 人参 玉葱 ピーマン ほうれん草 もやし ねぎ パナナ	保育乳 丸ぼうろ	
11日	月	豚丼 ブロッコリーおほか和え 豆腐とワカメのみそ汁 果物	豚肉 卵 豆腐 牛乳	米 押麦 砂糖 油 さつま芋	玉葱 人参 白滝 しめじ ブロッコリー わかめ ねぎ みかん	保育乳 焼き芋	
12日	火	(お誕生会)ふりかけごはん チキンから揚げ ブロッコリー ポテト サラダ 野菜スープ ヨーグルト	鶏肉 ベーコン 卵 ヨーグルト 牛乳 生クリーム	米 押麦 片栗粉 油 じゃが芋 マヨネーズ ホットケーキミックス バター 砂糖	にんにく ブロッコリー 人参 胡瓜 セロリ 玉葱 キャベツ いちご	保育乳 誕生ケーキ	
13日	水	タコライス ゴボウサラダ もずくスープ 果物	豚ひき肉 チーズ ツナ缶 豆腐 牛乳	米 油マヨネーズ パン バター 砂糖 ごま	セロリ 玉葱 人参 レタス トマト ごぼう 胡瓜 もずく ねぎ りんご	保育乳 ゴマクリームサンド	
14日	木	あわごはん さばのカレー焼き ひじきの煮物 白菜の豚汁 果物	さば ちくわ 油揚げ 豚肉 卵 牛乳	米 あわ 片栗粉 油 砂糖 小麦粉	ひじき 人参 には こんにゃく 玉葱 白菜 ねぎ みかん かぼちゃ いんげん	保育乳 かぼちやかき揚げ	
15日	金	発芽米ごはん きびなごのマリネ 千切りイリチー 中華コーンスープ 果物	きびなご 豚肉 牛乳	米 発芽米 片栗 粉 油 砂糖 焼きそば	胡瓜 玉葱 トマト 切干大根 昆布 人参 コーン缶 こまつな しめじ キャベツ ピーマンパナナ	保育乳 おやつ焼きそば	
16日	土	知念こども園卒園式					
18日	月	もずく丼 キャベツとツナのサラダ じゃが芋みそ汁 果物	豚ひき肉 卵 ツナ缶 牛乳	米 砂糖 片栗粉 ごま マヨネーズ じゃが芋 小麦粉 バター	もずくしょうが ピーマン キャベツ 人参 玉葱 ねぎ オレンジ レーズン	保育乳 パウンドケーキ	
19日	火	発芽米ごはん 豆腐のタルタルソース クレープイリチー みそ汁 果物	豆腐 卵 豚肉 牛乳	米 玄米 小麦粉 油 パン粉 マヨネーズ パン バター 砂糖	胡瓜 ピーマン 昆布 乾しいたけ こんにゃく 人参 大根 ねぎ りんご	保育乳 シナモンtoast	
20日	水	春分の日 (休園)					
21日	木	鶏ごぼうめし 魚のキャロット焼き 小松菜お浸し ゆし豆腐 果物	鶏肉 ホキ 卵 ゆし豆腐 ツナ缶 牛乳	米 油 マヨネーズ 小麦粉	ごぼう 人参 ひじき 乾しいたけ こまつな 白菜 ねぎ もずく りんご	保育乳 もずくヒラヤーチー	
22日	金	強化あわごはん 豆腐ハンバーグ 三色きんぴらごぼう コーンスープ 果物	豚ひき肉 豆腐 煮干し 牛乳	米 あわ パン粉 片栗粉 ごま 砂糖 油	ひじき 玉葱 ごぼう 人参 ピーマン コーン缶 キャベツ オレンジ	保育乳 紅芋チップ カリカリ煮干し	
23日	土	肉みそ丼 すまし汁 果物	豚ひき肉 豆腐 牛乳	米 みそ 油	しょうが たまねぎ にんじん しめじ ピーマン ねぎ わかめ	保育乳 はちや棒	
25日	月	黒米ごはん 豚肉洋風照焼 豆腐チャンプルー 小松菜とふのみそ汁 果物	豚肉 豆腐 ツナ缶 牛乳	米 黒米 砂糖 油 ふ マヨネーズ パン コーンフレーク	にんにく 人参 キャベツ もやし ピーマン こまつな オレンジ	保育乳 コーンフレークおこし	
26日	火	強化あわごはん さばのみそ煮 筑前煮 そうめん汁 果物	さば 鶏肉 豚肉 しらす 卵 牛乳	米 あわ 砂糖 じゃが芋 油 そうめん 小麦粉	しょうが 人参 れんこん たけのこ ごぼう 乾しいたけ いんげん ねぎ キャベツ 青のり りんご	保育乳 お好み焼き	
27日	水	麦ごはん 鶏肉の香味揚げ ブロッコリーマヨネーズ炒め 白菜みそ汁 果物	鶏肉 ベーコン 豆腐 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 じゃが芋 マヨネーズ 小麦粉 砂糖	しょうが にんにく ブロッコリー 人参 白菜 ねぎ いちご	保育乳 ココアちんすこう	
28日	木	ロールパン クリームシチュー にらたま ホウレン草コーンと和え 果物	鶏肉 牛乳 卵 生クリーム豆腐 牛乳	パン じゃが芋 バター 油 米	セロリ 人参 玉葱 ブロッコリー しめじ には ほうれん草 えのき コーン缶 青のり パナナ	わかめおにぎり	
29日	金	ピピンパ丼 みそ汁 ゼリー	豚肉 卵 豆腐 牛乳	米 ごま 油 ドーナツ	もやし こまつな にんにく しょうが ねぎ ゼリー	保育乳 ドーナツ	
30日	土	新年度準備のため協力願い(お弁当)					

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。