



3月の予定こんだてひょう(3~5才児)



平成29年度

矢板保育園

日	曜	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子をととのえる	
1	木	豆腐ハンバーグ・青菜納豆和え かぼちゃそぼろ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	焼そば 麦茶	587	19.5	23.4	2.9	豆腐ハンバーグ・納豆 鶏肉・わかめ 牛乳・豚肉	精白米・片栗粉 焼そば麺 焼そばソース	ほうれん草・白菜・人参 かぼちゃ・玉葱 キャベツ・にら	
2	金	お誕生会・ひな祭り・お花畑ごはん・鶏の唐揚 フライドポテト・パリパリサラダ ひな祭りゼリー・トマトスープ・麦茶	ひなあられ 野菜ジュース	574	13.5	18.4	2.4	バター・魚肉ソーセージ 鶏肉・昆布茶 ウインナー	精白米・片栗粉・じゃが芋 ゼリー・ひなあられ ジュース	コーン・いんげん・人参 キャベツ・きゅうり・玉葱 ブロッコリー・トマト缶	
3	土	ポークカレー・福神漬 ブロッコリーサラダ・ミニコロッケ フルーツ入ゼリー・牛乳	パウム クーヘン 野菜ジュース	630	17.4	15.5	2.4	豚肉 牛乳	精白米・じゃが芋・ゼリー・コロッケ パーモントフレーク・ジュース ドレッシング・パウムクーヘン	玉葱・人参・福神漬 ブロッコリー・コーン みかん缶	
4	日										
5	月	メンチカツケチャップソースかけ れんこんサラダ・五目卵巻 ごはん・味噌汁・牛乳	おさつ ごま団子 麦茶	584	18.5	23	2.5	メンチカツ・五目卵巻 牛乳 あずき	精白米・マヨネーズ さつま芋 ごま	れんこんサラダ コーン・きゅうり・人参 大根・万能葱	
6	火	お別れ会・ぞうじくエストメニュー 醤油ラーメン・春巻き・パリパリサラダ オレンジ・麦茶	いなり寿司 牛乳	600	19.8	17.2	3	豚肉・かまぼこ 春巻・味付けいなり 牛乳・昆布茶	冷凍ラーメン・片栗粉 ポテトチップス 精白米・醤油ラーメンスープ	人参・筍・白菜 もやし・にら・キャベツ きゅうり・コーン・オレンジ	
7	水	肉じゃが・白菜お浸し 揚げ焼売・ごはん 味噌汁・牛乳	豆腐の 黒蜜きな粉 麦茶	602	19.4	17.7	2.1	豚肉・かまぼこ 焼売・牛乳 豆腐・きな粉	精白米・じゃが芋 片栗粉 黒蜜	人参・玉葱・絹さや 白菜・菜の花・えのき しめじ・ほうれん草	
8	木	フルーツサンドパン・大根サラダ オニオンリングフライ ポークシチュー・牛乳	天かすと 青のりおにぎり 麦茶	623	14.5	28.2	3	豚肉 牛乳 青のり	バターロール・ホイップクリーム ドレッシング・じゃが芋・ピーマン・ミックス オニオンリングフライ・精白米・天かす	フルーツカクテル・大根 人参・きゅうり・黄ピーマン 玉葱	
9	金	鮭の照焼・昆布ひら 茹ブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	ドーナツ 麦茶	554	24.5	19.6	3	鮭・昆布・鶏肉 わかめ 牛乳	精白米・ごま 里芋 ドーナツ・ジュース	ごぼう・人参 ブロッコリー 大根	
10	土	鶏肉のハヤシソース煮・ほうれん草サラダ ソーセージフリッター・ごはん 野菜スープ・牛乳	ビスケット 野菜ジュース	591	17.6	21.2	2.9	鶏肉 魚肉ソーセージ 牛乳	精白米・ハヤシフレーク ドレッシング・フリッター粉 ビスケット・ジュース	ほうれん草・黄ピーマン 人参・キャベツ 椎茸	
11	日										
12	月	豚肉の甘辛焼・はんぺんサラダ ほうれん草コーンソテー・ごはん 味噌汁・牛乳	さつま芋 マーガリン焼 麦茶	620	20.5	26.2	1.7	豚肉・はんぺん チーズ・油揚 牛乳	精白米 ドレッシング さつま芋・マーガリン	きゅうり・人参 ほうれん草・コーン 玉葱	
13	火	もろの竜田揚げ・五目豆 かぼちゃ甘煮・菜の花ごはん 味噌汁・牛乳	いちご 蒸しパン 麦茶	590	23.2	20.3	2.4	もろ・大豆 豆腐・わかめ 牛乳	精白米・片栗粉 蒸しパンミックス いちごソース	大根・筍・れんこん 人参・かぼちゃ 菜の花	
14	水	卵とじうどん・ソーセージ磯辺揚 ごま和え フルーツヨーグルト・牛乳	昆布とツナ おにぎり 麦茶	544	21.3	15.4	3	鶏肉・卵・牛乳・ツナ 魚肉ソーセージ・青のり 無糖ヨーグルト・ふじっこ	うどん・天ぷら粉 ごま 精白米	人参・玉葱・椎茸 もやし・白菜 黄桃缶	
15	木	ミートボールカレー・福神漬 ピーンズサラダ グレープフルーツ・牛乳	サラダ せんべい 麦茶	630	17.4	16.1	2.9	豚肉・ミートボール 大豆・ハム 牛乳	精白米・じゃが芋 ドレッシング・せんべい パーモントフレーク	玉葱・人参・福神漬 コーン・きゅうり・大根 グレープフルーツ	
16	金	野菜コロッケ・栄養金平 茹ブロッコリー・十六穀ごはん 味噌汁・牛乳	あんぱん 麦茶	585	20.8	20.7	2.3	野菜コロッケ・まわかめ さつま揚・豚肉 牛乳	精白米・十六穀米 ごま油 あんぱん	ごぼう・人参・椎茸 ブロッコリー・キャベツ ほうれん草	
17	土	豚肉のおろしあんかけ・炒り豆腐 茹いんげん・ごはん 味噌汁・牛乳	クッキー 野菜ジュース	589	22	21.5	1.8	豚肉・豆腐 鶏肉 牛乳	精白米・マヨネーズ 片栗粉・里芋・和風おろしソース クッキー・ジュース	万能ねぎ・人参・葱 椎茸・いんげん にら	
18	日										
19	月	アジフライ・グリーンサラダ 赤ウインナー・ごはん けんちん汁・牛乳	ピザ トースト 麦茶	584	17.4	23	2.4	アジフライ・赤ウインナー 牛乳・ベーコン チーズ	精白米 ドレッシング・里芋 食パン・ピザソース	キャベツ・きゅうり 人参・黄ピーマン・白菜 ごぼう・しめじ・玉葱・ピーマン	
20	火	酢鶏・フレンチサラダ 炒り卵・ごはん 中華スープ・牛乳	みたらし マカロニ 麦茶	604	23.4	22.7	2.6	鶏肉・ツナ 卵そぼろ・わかめ 牛乳	片栗粉・精白米 酢豚の素・ドレッシング マカロニ	玉葱・人参・ピーマン 筍・コーン・ブロッコリー グリーンピース・もやし	
21	水	春分の日									
22	木	親子丼・和風サラダ 揚げ里芋 なめこ汁・牛乳	ワッフル 麦茶	582	20.6	21.5	2.8	鶏肉・卵 牛乳	精白米 ドレッシング・里芋 片栗粉・ワッフル	玉葱・みつば・大根 水菜・コーン・人参 なめこ・葱	
23	金	ナポリタンスバゲティ・イタリアンサラダ ミニハンバーグ コーンスープ・リンゴジュース	おはぎ 牛乳	529	15.9	15.9	2.8	ハム・バター ミニハンバーグ・牛乳 きな粉・あずき	スバゲティ・精白米 ドレッシング・ジュース コーンスープの素	玉葱・ピーマン・トマト缶 ブロッコリー・人参 コーン	
24	土	卒園式									
25	日										
26	月	かぼちゃコロッケ・納豆サラダ えび焼売・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカー サンド 麦茶	553	16.5	19.3	2.8	かぼちゃコロッケ・納豆 エビ焼売・わかめ 牛乳・チーズ	精白米 ドレッシング クラッカー・いちごジャム	白菜・ほうれん草・人参 キャベツ	
27	火	豆腐入松風焼・切干大根煮 ほうれん草おかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	シナモン トースト 麦茶	545	21.2	19.8	2.6	鶏肉・豆腐・卵 油揚・かつお節 牛乳	精白米・パン粉 シナモン・マーガリン 食パン	玉葱・切干大根 人参・ほうれん草 葱・にら	
28	水	ツナピラフ・チーズサラダ ウインナー ミネストローネ・牛乳	りんごの フリッター 麦茶	600	17	22.5	3	ツナ・チーズ・ベーコン ウインナー 牛乳	精白米・マーガリン ドレッシング・マカロニ フリッター粉	玉葱・ミックスベジタブル ブロッコリー・黄ピーマン 人参・トマト缶・りんご	
29	木	けんちんうどん・いわしつみれ煮 さつま芋天ぷら オレンジ・牛乳	カレー味 おにぎり 麦茶	530	16.9	27.6	2.5	豚肉・豆腐 いわしつみれ 牛乳	うどん・天ぷら粉 里芋・さつま芋・カレー粉 精白米・マーガリン	ごぼう・人参・大根・白菜 絹さや・玉葱・オレンジ ミックスベジタブル	
30	金	鯖の味噌煮・なめたけ和え 厚焼玉子・麦入りごはん すまし汁・牛乳	ハムチーズ パンケーキ 麦茶	584	21.7	19.7	2.9	鯖・厚焼玉子 牛乳 卵・ハム・チーズ	精白米・麦 花麩・パン粉 マヨネーズ	キャベツ・なめたけ えのき・ほうれん草	
31	土	肉丼・もやしサラダ ポテトフライ 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 野菜ジュース	544	17.6	13.9	2.2	豚肉 わかめ 牛乳	精白米・ドレッシング ポテトフライ 醤油せんべい・ジュース	玉葱・ねぎ・もやし 人参・グリーンピース きゅうり・コーン・大根	

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



3月の予定こんだてひょう(2才児)



平成29年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力になる	緑: 調子をととのえる
1	木	コーンフレーク	豆腐ハンバーグ・青菜納豆和え かぼちゃそぼろ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	焼そば 麦茶	568	17.5	21.4	2.7	豆腐ハンバーグ・納豆 鶏肉・わかめ 牛乳・豚肉	精白米・片栗粉 焼そば麺・コーンフレーク 焼そばソース	ほうれん草・白菜・人参 かぼちゃ・玉葱 キャベツ・にら
2	金	チーズかまぼこ	お誕生会・ひな祭り・お花畑ごはん・鶏の唐揚げ フライドポテト・パリパリサラダ ひな祭りゼリー・トマトスープ・麦茶	ひなあられ 野菜ジュース	554	11.5	16.4	2.2	バター・魚肉ソーセージ 鶏肉・昆布茶 ウインナー・チーズかまぼこ	精白米・片栗粉・じゃが芋 ゼリー・ひなあられ ジュース	コーン・いんげん・人参 キャベツ・きゅうり・玉葱 ブロッコリー・トマト缶
3	土	クラッカーチーズ	ポークカレー・福神漬 ブロッコリーサラダ・ミニコロッケ フルーツ入ゼリー・牛乳	パウムクレーン 野菜ジュース	610	15.4	13.5	2.2	豚肉 チーズ 牛乳	精白米・じゃが芋・ゼリー・コロッケ パームントフレーク・ジュース・クラッカー ドレッシング・パウムクレーン	玉葱・人参・福神漬 ブロッコリー・コーン みかん缶
4	日										
5	月	ウエハース	メンチカツチャップソースかけ れんこんサラダ・五目卵巻 ごはん・味噌汁・牛乳	おさつ ごま団子 麦茶	564	16.5	21	2.3	メンチカツ・五目卵巻 牛乳 あずき	精白米・マヨネーズ さつま芋 ごま・ウエハース	れんこんサラダ コーン・きゅうり・人参 大根・万能葱
6	火	ヨーグルト	お別れ会・ぞうりクエストメニュー 醤油ラーメン・春巻き・パリパリサラダ オレンジ・麦茶	いなり寿司 牛乳	581	17.8	15.2	2.8	豚肉・かまぼこ 春巻・味付けいなり 牛乳・昆布茶・ヨーグルト	冷凍ラーメン・片栗粉 ポテトチップス 精白米・醤油ラーメンスープ	人参・筍・白菜 もやし・にら・キャベツ きゅうり・コーン・オレンジ
7	水	白い風船	肉じゃが・白菜お浸し 揚げ焼売・ごはん 味噌汁・牛乳	豆腐の 黒蜜きな粉 麦茶	585	17.4	15.7	1.9	豚肉・かまぼこ 焼売・牛乳 豆腐・きな粉	精白米・じゃが芋 片栗粉 黒蜜・白い風船	人参・玉葱・絹さや 白菜・菜の花・えのき しめじ・ほうれん草
8	木	醤油せんべい	フルーツサンドパン・大根サラダ オニオンリングフライ ポークシチュー・牛乳	天かすと 青のりおにぎり 麦茶	603	12.5	26.2	2.8	豚肉 牛乳 青のり	バターロール・ホイップクリーム・せんべい ドレッシング・じゃが芋・ビーフシチュー・ミックス オニオンリングフライ・精白米・天かす	フルーツカクテル・大根 人参・きゅうり・黄ピーマン 玉葱
9	金	グレープフルーツ	鮭の照焼・昆布びら 茹ブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	ドーナツ 麦茶	534	22.5	17.6	2.8	鮭・昆布・鶏肉 わかめ 牛乳	精白米・ごま 里芋 ドーナツ・ジュース	ごぼう・人参 ブロッコリー 大根・グレープフルーツ
10	土	チーズかまぼこ	鶏肉のハヤシソース煮・ほうれん草サラダ ソーセージフリッター・ごはん 野菜スープ・牛乳	ビスケット 野菜ジュース	573	15.6	19.2	2.7	鶏肉 魚肉ソーセージ 牛乳・チーズかまぼこ	精白米・ハヤシフレーク ドレッシング・フリッター粉 ビスケット・ジュース	ほうれん草・黄ピーマン 人参・キャベツ 椎茸
11	日										
12	月	星型せんべい	豚肉の甘辛焼・はんぺんサラダ ほうれん草コーンソテー・ごはん 味噌汁・牛乳	さつま芋 マーガリン焼 麦茶	601	18.5	24.3	1.5	豚肉・はんぺん チーズ・油揚 牛乳	精白米・せんべい ドレッシング さつま芋・マーガリン	きゅうり・人参 ほうれん草・コーン 玉葱
13	火	ぶどうゼリー	もろの竜田揚げ・五目豆 かぼちゃ甘煮・菜の花ごはん 味噌汁・牛乳	いちご 蒸しパン 麦茶	572	21.2	18.3	2.2	もろ・大豆 豆腐・わかめ 牛乳	精白米・片栗粉 蒸しパンミックス いちごソース・ぶどうゼリー	大根・筍・れんこん 人参・かぼちゃ 菜の花
14	水	りんご	卵とじうどん・ソーセージ磯辺揚げ ごま和え フルーツヨーグルト・牛乳	昆布とツナ おにぎり 麦茶	524	19.3	13.4	2.8	鶏肉・卵・牛乳・ツナ 魚肉ソーセージ・青のり 無糖ヨーグルト・ふじっこ	うどん・天ぷら粉 ごま 精白米	人参・玉葱・椎茸 もやし・白菜 黄桃缶・りんご
15	木	白い風船	ミートボールカレー・福神漬 ピーンズサラダ グレープフルーツ・牛乳	サラダ せんべい 麦茶	610	15.4	14.1	2.7	豚肉・ミートボール 大豆・ハム 牛乳	精白米・じゃが芋 ドレッシング・せんべい パームントフレーク・白い風船	玉葱・人参・福神漬 コーン・きゅうり・大根 グレープフルーツ
16	金	オレンジ	野菜コロッケ・栄養金平 茹ブロッコリー・十六穀ごはん 味噌汁・牛乳	あんぱん 麦茶	565	18.8	18.7	2.1	野菜コロッケ・まわかめ さつま揚げ・豚肉 牛乳	精白米・十六穀米 ごま油 あんぱん	ごぼう・人参・椎茸 ブロッコリー・キャベツ ほうれん草・オレンジ
17	土	ウエハース	豚肉のおろしあんかけ・炒り豆腐 茹いんげん・ごはん 味噌汁・牛乳	クッキー 野菜ジュース	569	20	19.5	1.6	豚肉・豆腐 鶏肉 牛乳	精白米・マヨネーズ・ウエハース 片栗粉・里芋・和風おろしソース クッキー・ジュース	万能ねぎ・人参・葱 椎茸・いんげん にら
18	日										
19	月	クラッカーチーズ	アジフライ・グリーンサラダ 赤ウインナー・ごはん けんちん汁・牛乳	ピザ トースト 麦茶	564	15.4	21	2.2	アジフライ・赤ウインナー 牛乳・ベーコン チーズ	精白米・クラッカー ドレッシング・里芋 食パン・ピザソース	キャベツ・きゅうり 人参・黄ピーマン・白菜 ごぼう・しめじ・玉葱・ピーマン
20	火	フルーツポンチ	酢鶏・フレンチサラダ 炒り卵・ごはん 中華スープ・牛乳	みたらし マカロニ 麦茶	584	21.4	20.7	2.4	鶏肉・ツナ 卵そぼろ・わかめ 牛乳	片栗粉・精白米 酢豚の素・ドレッシング マカロニ	玉葱・人参・グリーンピース 筍・コーン・ブロッコリー・もやし ピーマン・みかん缶・黄桃缶・パイナップル
21	水		春分の日								
22	木	コーンフレーク	親子丼・和風サラダ 揚げ里芋 なめこ汁・牛乳	ワッフル 麦茶	562	18.6	19.5	2.6	鶏肉・卵 牛乳	精白米・コーンフレーク ドレッシング・里芋 片栗粉・ワッフル	玉葱・みつば・大根 水菜・コーン・人参 なめこ・葱
23	金	ビスケット	ナポリタンスパゲティ・イタリアンサラダ ミニハンバーグ コーンスープ・リンゴジュース	おはぎ 牛乳	509	13.9	13.5	2.6	ハム・バター ミニハンバーグ・牛乳 きな粉・あずき	スパゲティ・精白米 ドレッシング・ジュース コーンスープの素・ビスケット	玉葱・ピーマン・トマト缶 ブロッコリー・人参 コーン
24	土		卒園式								
25	日										
26	月	ソフトせんべい	かぼちゃコロッケ・納豆サラダ えび焼売・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカー サンド 麦茶	533	14.5	17.3	2.6	かぼちゃコロッケ・納豆 エビ焼売・わかめ 牛乳・チーズ	精白米・せんべい ドレッシング クラッカー・いちごジャム	白菜・ほうれん草・人参 キャベツ
27	火	プリン	豆腐入松風焼・切干大根煮 ほうれん草おかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	シナモン トースト 麦茶	525	19.2	17.8	2.4	鶏肉・豆腐・卵 油揚・かつお節 牛乳	精白米・パン粉 シナモン・マーガリン 食パン・プリン	玉葱・切干大根 人参・ほうれん草 葱・にら
28	水	アセロラゼリー	ツナピラフ・チーズサラダ ウインナー ミネストローネ・牛乳	りんごの フリッター 麦茶	580	15	20.5	2.8	ツナ・チーズ・ベーコン ウインナー 牛乳	精白米・マーガリン ドレッシング・マカロニ フリッター粉・ゼリー	玉葱・ミックスベジタブル ブロッコリー・黄ピーマン 人参・トマト缶・りんご
29	木	クッキー	けんちんうどん・いわしつみれ煮 さつま芋天ぷら オレンジ・牛乳	カレー味 おにぎり 麦茶	510	14.9	25.6	2.3	豚肉・豆腐 いわしつみれ 牛乳	うどん・天ぷら粉 里芋・さつま芋・カレー粉 精白米・マーガリン・クッキー	ごぼう・人参・大根・白菜 絹さや・玉葱・オレンジ ミックスベジタブル
30	金	フルーチェ(いちご味)	鯖の味噌煮・なめたけ和え 厚焼玉子・麦入りごはん すまし汁・牛乳	ハムチーズ パンケーキ 麦茶	563	19.7	17.7	2.7	鯖・厚焼玉子 牛乳 卵・ハム・チーズ	精白米・麦 花麩・パン粉 マヨネーズ・フルーチェの素	キャベツ・なめたけ えのき・ほうれん草
31	土	バナナ	肉井・もやしサラダ ポテトフライ 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 野菜ジュース	525	15.6	11.9	2	豚肉 わかめ 牛乳	精白米・ドレッシング ポテトフライ 醤油せんべい・ジュース	玉葱・ねぎ・もやし・バナナ 人参・グリーンピース きゅうり・コーン・大根

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



3月の予定こんだてひょう(1才児)



平成29年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子をととのえる
1	木	コーン フレーク	豆腐ハンバーグ・青菜納豆和え かぼちゃそぼろ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	焼そば 麦茶	538	17	20.9	2.5	豆腐ハンバーグ・納豆 鶏肉・わかめ 牛乳・豚肉	精白米・片栗粉 焼そば麺・コーンフレーク 焼そばソース	ほうれん草・白菜・人参 かぼちゃ・玉葱 キャベツ・にら
2	金	チーズ かまぼこ	お誕生会・ひな祭り・お花畑ごはん・鶏の唐揚 フライドポテト・パリパリサラダ ひな祭りゼリー・トマトスープ・麦茶	ひなあられ 野菜ジュース	524	11	15.9	2	バター・魚肉ソーセージ 鶏肉・昆布茶 ウインナー・チーズかまぼこ	精白米・片栗粉・じゃが芋 ゼリー・ひなあられ ジュース	コーン・いんげん・人参 キャベツ・きゅうり・玉葱 ブロッコリー・トマト缶
3	土	クラッカー チーズ	ポークカレー・福神漬 ブロッコリーサラダ・ミニコロッケ フルーツ入ゼリー・牛乳	バウム クーヘン 野菜ジュース	581	15.2	13	2	豚肉 チーズ 牛乳	精白米・じゃが芋・ゼリー・コロッケ パームフレーク・ジュース・クラッカー ドレッシング・バウムクーヘン	玉葱・人参・福神漬 ブロッコリー・コーン みかん缶
4	日										
5	月	ウエハース	メンチカツチャップソースかけ れんこんサラダ・五目卵巻 ごはん・味噌汁・牛乳	おさつ ごま団子 麦茶	534	16	20.5	2.1	メンチカツ・五目卵巻 牛乳 あずき	精白米・マヨネーズ さつま芋 ごま・ウエハース	れんこんサラダ コーン・きゅうり・人参 大根・万能葱
6	火	ヨーグルト	お別れ会・ぞうりくエストメニュー 醤油ラーメン・春巻き・パリパリサラダ オレンジ・麦茶	きつね おにぎり 牛乳	551	17.3	14.7	2.6	豚肉・かまぼこ 春巻・味付けいなり 牛乳・昆布茶・ヨーグルト	冷凍ラーメン・片栗粉 ポテトチップス 精白米・醤油ラーメンスープ	人参・筍・白菜 もやし・にら・キャベツ きゅうり・コーン・オレンジ
7	水	白い風船	肉じゃが・白菜お浸し 揚げ焼売・ごはん 味噌汁・牛乳	豆腐の 黒蜜きな粉 麦茶	554	16.9	15.2	1.7	豚肉・かまぼこ 焼売・牛乳 豆腐・きな粉	精白米・じゃが芋 片栗粉 黒蜜・白い風船	人参・玉葱・絹さや 白菜・菜の花・えのき しめじ・ほうれん草
8	木	醤油 せんべい	フルーツサンドパン・大根サラダ オニオンリングフライ ポークシチュー・牛乳	天かすと 青のりおにぎり 麦茶	573	12	25.7	2.6	豚肉 牛乳 青のり	バターロール・ホイップクリーム・せんべい ドレッシング・じゃが芋・ゼーフシチュー・ミックス オニオンリングフライ・精白米・天かす	フルーツカクテル・大根 人参・きゅうり・黄ピーマン 玉葱
9	金	グレープ フルーツ	鮭の照焼・昆布びら 茹ブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	ドーナツ 麦茶	504	22	17.1	2.6	鮭・昆布・鶏肉 わかめ 牛乳	精白米・ごま 里芋 ドーナツ・ジュース	ごぼう・人参 ブロッコリー 大根・グレープフルーツ
10	土	チーズ かまぼこ	鶏肉のハヤシソース煮・ほうれん草サラダ ソーセージフリッター・ごはん 野菜スープ・牛乳	ビスケット 野菜ジュース	542	15.1	18.7	2.5	鶏肉 魚肉ソーセージ 牛乳・チーズかまぼこ	精白米・ハヤシフレーク ドレッシング・フリッター粉 ビスケット・ジュース	ほうれん草・黄ピーマン 人参・キャベツ 椎茸
11	日										
12	月	星型せんべい	豚肉の甘辛焼・はんぺんサラダ ほうれん草コーンソテー・ごはん 味噌汁・牛乳	さつま芋 マーガリン焼 麦茶	571	18	23.8	1.3	豚肉・はんぺん チーズ・油揚 牛乳	精白米・せんべい ドレッシング さつま芋・マーガリン	きゅうり・人参 ほうれん草・コーン 玉葱
13	火	ぶどう ゼリー	もろの竜田揚げ・五目豆 かぼちゃ甘煮・菜の花ごはん 味噌汁・牛乳	いちご 蒸しパン 麦茶	542	19.7	17.8	2	もろ・大豆 豆腐・わかめ 牛乳	精白米・片栗粉 蒸しパンミックス いちごソース・ぶどうゼリー	大根・筍・れんこん 人参・かぼちゃ 菜の花
14	水	りんご	卵とじうどん・ソーセージ磯辺揚げ ごま和え フルーツヨーグルト・牛乳	昆布とツナ おにぎり 麦茶	500	18.8	13	2.6	鶏肉・卵・牛乳・ツナ 魚肉ソーセージ・青のり 無糖ヨーグルト・ふじっこ	うどん・天ぷら粉 ごま 精白米	人参・玉葱・椎茸 もやし・白菜 黄桃缶・りんご
15	木	白い風船	ミートボールカレー・福神漬 ピーンズサラダ グレープフルーツ・牛乳	サラダ せんべい 麦茶	581	14.9	13.6	2.5	豚肉・ミートボール 大豆・ハム 牛乳	精白米・じゃが芋 ドレッシング・せんべい パームフレーク・白い風船	玉葱・人参・福神漬 コーン・きゅうり・大根 グレープフルーツ
16	金	オレンジ	野菜コロッケ・栄養金平 茹ブロッコリー・ごはん 味噌汁・牛乳	あんぱん 麦茶	534	18.3	18.2	1.9	野菜コロッケ・茎わかめ さつま揚げ・豚肉 牛乳	精白米 ごま油 あんぱん	ごぼう・人参・椎茸 ブロッコリー・キャベツ ほうれん草・オレンジ
17	土	ウエハース	豚肉のおろしあんかけ・炒り豆腐 茹いんげん・ごはん 味噌汁・牛乳	クッキー 野菜ジュース	539	19.5	19	1.4	豚肉・豆腐 鶏肉 牛乳	精白米・マヨネーズ・ウエハース 片栗粉・里芋・和風おろしソース クッキー・ジュース	万能ねぎ・人参・葱 椎茸・いんげん にら
18	日										
19	月	クラッカー チーズ	アジフライ・グリーンサラダ 赤ウインナー・ごはん けんちん汁・牛乳	ピザ トースト 麦茶	534	14.9	20.5	2	アジフライ・赤ウインナー 牛乳・ベーコン チーズ	精白米・クラッカー ドレッシング・里芋 食パン・ピザソース	キャベツ・きゅうり 人参・黄ピーマン・白菜 ごぼう・しめじ・玉葱・ピーマン
20	火	フルーツ ポンチ	酢鶏・フレンチサラダ 炒り卵・ごはん 中華スープ・牛乳	みたらし マカロニ 麦茶	554	20.9	20.2	2.2	鶏肉・ツナ 卵そぼろ・わかめ 牛乳	片栗粉・精白米 酢豚の素・ドレッシング マカロニ	玉葱・人参・グリーンピース 筍・コーン・ブロッコリー・もやし ピーマン・みかん缶・黄桃缶・パイナップル
21	水		春分の日								
22	木	コーン フレーク	親子丼・和風サラダ 揚げ里芋 なめこ汁・牛乳	ワッフル 麦茶	532	18.1	19	2.4	鶏肉・卵 牛乳	精白米・コーンフレーク ドレッシング・里芋 片栗粉・ワッフル	玉葱・みつば・大根 水菜・コーン・人参 なめこ・葱
23	金	ビスケット	ナポリタンスパゲティ・イタリアンサラダ ミニハンバーグ コーンスープ・リンゴジュース	おはぎ 牛乳	499	13.4	13	2.4	ハム・バター ミニハンバーグ・牛乳 きな粉・あずき	スパゲティ・精白米 ドレッシング・ジュース コーンスープの素・ビスケット	玉葱・ピーマン・トマト缶 ブロッコリー・人参 コーン
24	土		卒園式								
25	日										
26	月	ソフト せんべい	かぼちゃコロッケ・納豆サラダ えび焼売・ごはん 味噌汁・牛乳	クラッカー サンド 麦茶	503	14	16.8	2.4	かぼちゃコロッケ・納豆 エビ焼売・わかめ 牛乳・チーズ	精白米・せんべい ドレッシング クラッカー・いちごジャム	白菜・ほうれん草・人参 キャベツ
27	火	プリン	豆腐入松風焼・切干大根煮 ほうれん草おかか和え・ごはん すまし汁・牛乳	シナモン トースト 麦茶	498	18.7	17.3	2.2	鶏肉・豆腐・卵 油揚・かつお節 牛乳	精白米・パン粉 シナモン・マーガリン 食パン・プリン	玉葱・切干大根 人参・ほうれん草 葱・にら
28	水	アセロラ ゼリー	ツナピラフ・チーズサラダ ウインナー ミネストローネ・牛乳	りんごの フリッター 麦茶	550	14.5	20	2.6	ツナ・チーズ・ベーコン ウインナー 牛乳	精白米・マーガリン ドレッシング・マカロニ フリッター粉・ゼリー	玉葱・ミックスベジタブル ブロッコリー・黄ピーマン 人参・トマト缶・りんご
29	木	クッキー	けんちんうどん・いわしつみれ煮 さつま芋天ぷら オレンジ・牛乳	カレー味 おにぎり 麦茶	489	14.4	25.1	2.1	豚肉・豆腐 いわしつみれ 牛乳	うどん・天ぷら粉 里芋・さつま芋・カレー粉 精白米・マーガリン・クッキー	ごぼう・人参・大根・白菜 絹さや・玉葱・オレンジ ミックスベジタブル
30	金	フルーチェ (いちご 味)	鯖の味噌煮・なめたけ和え 厚焼玉子・ごはん すまし汁・牛乳	ハムチーズ パンケーキ 麦茶	533	17.2	17.2	2.5	鯖・厚焼玉子 牛乳 卵・ハム・チーズ	精白米 花麩・パン粉 マヨネーズ・フルーチェの素	キャベツ・なめたけ えのき・ほうれん草
31	土	バナナ	肉丼・もやしサラダ ポテトフライ 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 野菜ジュース	502	15.1	11.4	1.8	豚肉 わかめ 牛乳	精白米・ドレッシング ポテトフライ 醤油せんべい・ジュース	玉葱・ねぎ・もやし・バナナ 人参・グリーンピース きゅうり・コーン・大根

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください