



3月の予定こんだてひょう(3~5才児)



平成30年度

矢板保育園

日	曜	昼食	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	金	お誕生会・ひな祭り・・・ちらし寿司 茹でブロッコリー・チキンカツ・ひな祭りゼリー すまし汁・カルピスウォーター	ひなあられ 麦茶	566	20	11.6	1.7	錦糸卵 のり チキンカツ	精白米 花麩・ゼリー・杏仁豆腐 ひなあられ・カルピス	ちらし寿司の素・キヌサヤ ブロッコリー・ほうれん草 みかん缶
2	土	煮魚・もやしの青じそ和え 里芋そぼろあんかけ・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	502	20.9	10.9	2.5	モロ・ハム 豆腐・わかめ 鶏肉・牛乳	片栗粉・里芋 青じそドレッシング 精白米・醤油せんべい	もやし・人参 いんげん コーン
3	日									
4	月	親子丼・ごぼうサラダ いわしのつみれ煮 味噌汁・牛乳	ココア揚げパン 麦茶	637	26.4	28.6	2.9	鶏肉・卵 いわしつみれ 牛乳	精白米・片栗粉 バターロール ココア	玉ねぎ・三つ葉 ごぼうサラダ・きゅうり 人参・小松菜
5	火	お別れ会・・・ハヤシライス・生クリーム添え パリパリサラダ・鶏のから揚げ ミニケーキ・カルピスウォーター	たい焼き 牛乳	797	23	29.1	2.7	豚肉・生クリーム 鶏肉・昆布茶 牛乳	精白米・ハヤシフレーク ポテトチップス・片栗粉 ミニケーキ・カルピス・たい焼き	玉ねぎ・しめじ キャベツ・人参 きゅうり
6	水	けんちんうどん いんげん胡麻和え・竹輪の天ぷら グレープフルーツ・牛乳	ウインナーチップ おにぎり 麦茶	509	17.3	12.3	2.3	豆腐 竹輪・牛乳 ウインナー	うどん 里芋・ごま 小麦粉・精白米	ゴボウ・人参・大根・白菜 いんげん・もやし・グレープフルーツ 玉ねぎ・ミックスベジタブル
7	木	メンチカツ・ブロッコリーのフレンチサラダ 炒り卵・ごはん 千切り野菜スープ・牛乳	マッシュマロ サンド 麦茶	596	19.8	24.5	2.8	メンチカツ 炒り卵・ベーコン 牛乳	フレンチ白ドレッシング 精白米 リッツ・マッシュマロ	ブロッコリー・黄ピーマン キャベツ・人参 椎茸
8	金	鱈の西京焼き・菜の花のお浸し 大豆入りひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	ハムチーズ パンケーキ 麦茶	497	24.2	14.4	2.2	さわら・ひじき 大豆・さつま揚げ 卵・牛乳・ハム・チーズ	精白米 パン粉	菜の花・もやし 人参・ほうれん草 長ネギ
9	土	ポークチャップ・ツナサラダ ポテトフライ・ごはん コンソメスープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	547	15.7	20.5	2.4	豚肉 ツナ 牛乳	イタリアンドレッシング ポテトフライ・精白米 星型せんべい	玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・人参 コーン・白菜・しめじ
10	日									
11	月	アジフライ・水菜ともやしのサラダ 高野豆腐煮・麦入りごはん 豚汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	665	25.7	23	2.8	アジフライ ハム・高野豆腐 豚肉・牛乳・バター	和風ドレッシング 精白米・押し麦 里芋・麩	水菜・人参・もやし コーン・大根 ゴボウ
12	火	チャーハン・揚げ焼売 ほうれん草のナムル わかめスープ・牛乳	さつま芋 マーガリン焼き 麦茶	508	14	18	2.2	卵・チャーシュー 焼売・わかめ 牛乳	精白米・チャーハンの素 ごま・片栗粉 さつま芋・マーガリン	長ネギ・人参 ほうれん草 味付きメンマ
13	水	ベーコンの和風スパゲティ 花野菜サラダ・ミニハンバーグ コンソメスープ・牛乳	鮭と菜飯の おにぎり 麦茶	550	21.7	15.7	3	ベーコン・ミニハンバーグ 鮭フレーク 牛乳	スパゲティ 和風ドレッシング 精白米	玉ねぎ・しめじ・ほうれん草 カリフラワー・ブロッコリー 人参・コーン・キャベツ・菜飯の素
14	木	鶏のすっぽ煮・小松菜のお浸し 五目卵巻き・ごはん 味噌汁・牛乳	野菜入りホッ トケーキ 麦茶	540	26.1	17.9	1.9	鶏肉 五目卵巻き 牛乳・チーズ	精白米 里芋 ホットケーキミックス	小松菜 もやし・人参 絹さや・ほうれん草
15	金	コロッケパン・ソーセージケチャップソテー キャベツのイタリアンサラダ コーンスープ・牛乳	ワッフル 麦茶	483	17.1	21.9	2	ミニコロッケ・ハム 魚肉ソーセージ 牛乳	バターロール イタリアンドレッシング コーンスープ・ワッフル	キャベツ・人参 黄ピーマン コーン
16	土	豚肉の生姜焼き・白菜塩昆布和え さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	525	18.1	11.7	1.7	豚肉 塩昆布 油揚げ・牛乳	さつま芋 精白米 サラダせんべい	玉ねぎ 白菜・人参 きゅうり・大根
17	日									
18	月	サバのごま味噌がけ・五色和え 切り干し大根煮・十六穀ごはん すまし汁・牛乳	かぼちゃあべか わ 麦茶	511	20.3	15.6	2.4	サバ・錦糸卵 わかめ・さつま揚げ きな粉・牛乳	ごま・片栗粉 精白米・十六穀米 麩・かぼちゃ	もやし・きゅうり 人参・グリーンピース 切り干し大根・ほうれん草
19	火	チキンライス・オムレツ お芋のサラダ コンソメスープ・牛乳	いちご蒸しパン 麦茶	503	13.8	13.9	1.8	鶏肉 オムレツ ウインナー・牛乳	精白米・チキンライスの素・さつま芋 じゃが芋・マヨネーズ・白ドレッシング 蒸しパンミックス・イチゴジャム	玉ねぎ・ミックスベジタブル 人参・レーズン キャベツ・椎茸
20	水	ぞうりクレストメニュー・・・醤油ラーメン ブロッコリーサラダ・揚げ餃子 ももゼリー・オレンジジュース	鶏ごぼうおこわ おにぎり 麦茶	500	16	11.5	3.7	豚肉 餃子 鶏肉	冷凍ラーメン・醤油ラーメンスープ 和風ドレッシング・ももゼリー オレンジジュース・精白米・もち米	チンゲン菜・もやし・人参 にら・ブロッコリー コーン・ごぼう・黄桃缶
21	木	春分の日								
22	金	ジャムパン・チキンナゲット ほうれん草のシーザーサラダ クリームシチュー・麦茶	おはぎ 牛乳	573	18.4	21.4	2.5	チーズ・チキンナゲット 鶏肉 あずき・牛乳	食パン・イチゴジャム シーザードレッシング・じゃが芋 クリームシチューの素・精白米・もち米	ほうれん草・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ブロッコリー
23	土	卒園式								
24	日									
25	月	肉じゃが・もやしの納豆和え 厚焼玉子・ごはん 味噌汁・牛乳	あずきクリーム クラッカー 麦茶	493	18.6	15.5	1.8	豚肉・納豆 厚焼玉子・油揚げ 牛乳・あずき	じゃが芋・精白米 リッツ ホイップクリーム	人参・玉ねぎ もやし・水菜 大根
26	火	サーモンフライ・ウインナー ブロッコリーのチーズサラダ・ごはん トマトスープ・牛乳	ひじき入り お好み焼き 麦茶	498	16.9	17.2	2.2	サーモンフライ チーズ・ウインナー 牛乳・ひじき	シーザードレッシング 精白米 小麦粉	ブロッコリー・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ミックスベジタブル・キャベツ
27	水	若鶏の香り醤油揚げ・ツナポテトサラダ 昆布びら・菜の花ごはん すまし汁・牛乳	シュガーロール 麦茶	587	20.6	20.7	2.6	若鶏の香り醤油揚げ ツナ・鶏肉・昆布 豆腐・牛乳	じゃが芋・マヨネーズ ごま・精白米 シュガーロール	カイワレ大根・ごぼう 人参・菜の花 しめじ・長ネギ
28	木	たぬきうどん 蒸し鶏サラダ・揚げ里芋 バナナ・牛乳	五目おこわ おにぎり 麦茶	551	15.6	12.8	2.1	わかめ・かまぼこ 鶏肉 牛乳	うどん・揚げ玉 ごまクリームドレッシング 里芋・片栗粉・精白米・もち米	キャベツ・人参・きゅうり オレンジ・筍 椎茸・ごぼう
29	金	ポークカレー・福神漬け ビーンズサラダ・ オレンジ・牛乳	ドーナツ 麦茶	643	17.5	17.2	3.3	豚肉 大豆 牛乳	精白米・じゃが芋 パーム油ドレッシング 青じそドレッシング・ドーナツ	玉ねぎ・人参 コーン・きゅうり 大根・バナナ
30	土	八宝菜・春雨サラダ 春巻き・ごはん 中華スープ・牛乳	ビスケット 麦茶	512	16.5	14.9	1.8	豚肉・かまぼこ ハム・春巻き わかめ・牛乳	八宝菜の素・春雨 精白米 ビスケット	白菜・人参・玉ねぎ 絹さや・筍・きくらげ きゅうり・コーン・長ネギ
31	日									

*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30年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	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	金	白い風船	お誕生会・ひな祭り・・・ちらし寿司 茹でブロッコリー・チキンカツ・ひな祭りゼリー すまし汁・カルピスウォーター	ひなあられ 麦茶	546	18	9.6	1.5	錦糸卵 のり チキンカツ	白い風船・精白米 花麩・ゼリー・杏仁豆腐 ひなあられ・カルピス	ちらし寿司の素・キヌサヤ ブロッコリー・ほうれん草 みかん缶
2	土	グレープフルーツ	煮魚・もやしの青じそ和え 里芋そぼろあんかけ・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	482	18.9	8.9	2.3	モロ・ハム 豆腐・わかめ 鶏肉・牛乳	片栗粉・里芋 青じそドレッシング 精白米・醤油せんべい	グレープフルーツ もやし・人参 いんげん・コーン
3	日										
4	月	ウエハース	親子丼・ごぼうサラダ いわしのつみれ煮 味噌汁・牛乳	ココア揚げパン 麦茶	617	24.4	26.6	2.7	鶏肉・卵 いわしつみれ 牛乳	ウエハース・精白米・片栗粉 バターロール ココア	玉ねぎ・三つ葉 ごぼうサラダ・きゅうり 人参・小松菜
5	火	クッキー	お別れ会・・・ハヤシライス・生クリーム添え パリパリサラダ・鶏のから揚げ ミニケーキ・カルピスウォーター	たい焼き 牛乳	777	21	27.1	2.5	豚肉・生クリーム 鶏肉・昆布茶 牛乳	クッキー・精白米・ハヤシフレーク ポテトチップス・片栗粉 ミニケーキ・カルピス・たい焼き	玉ねぎ・しめじ キャベツ・人参 きゅうり
6	水	ソフトせんべい	けんちんうどん いんげん胡麻和え・竹輪の天ぷら グレープフルーツ・牛乳	ウインナーケチャップ おにぎり 麦茶	489	15.3	10.3	2.1	豆腐 竹輪・牛乳 ウインナー	ソフトせんべい・うどん 里芋・ごま 小麦粉・精白米	ゴボウ・人参・大根・白菜 いんげん・もやし・グレープフルーツ 玉ねぎ・ミックスベジタブル
7	木	フルーチェ (イチゴ)	メンチカツ・ブロッコリーのフレンチサラダ 炒り卵・ごはん 千切り野菜スープ・牛乳	マシュマロ サンド 麦茶	576	17.8	22.5	2.6	メンチカツ 炒り卵・ベーコン 牛乳	フルーチェの素 フレンチ白ドレッシング・精白米 リッツ・マシュマロ	ブロッコリー・黄ピーマン キャベツ・人参 椎茸
8	金	オレンジ	鱈の西京焼き・菜の花のお浸し 大豆入りひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	ハムチーズ パンケーキ 麦茶	477	22.2	12.4	2	さわら・ひじき 大豆・さつま揚げ 卵・牛乳・ハム・チーズ	精白米 パン粉	オレンジ・菜の花・もやし 人参・ほうれん草 長ネギ
9	土	りんご	ポークチャップ・ツナサラダ ポテトフライ・ごはん コンソメスープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	527	13.7	18.5	2.2	豚肉 ツナ 牛乳	イタリアンドレッシング ポテトフライ・精白米 星型せんべい	りんご・玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・人参 コーン・白菜・しめじ
10	日										
11	月	クラッカー チーズ	アジフライ・水菜ともやしのサラダ 高野豆腐煮・麦入りごはん 豚汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	645	23.7	21	2.6	チーズ・アジフライ ハム・高野豆腐 豚肉・牛乳・バター	リッツ・和風ドレッシング 精白米・押し麦 里芋・麩	水菜・人参・もやし コーン・大根 ゴボウ
12	火	ビスケット	チャーハン・揚げ焼売 ほうれん草のナムル わかめスープ・牛乳	さつま芋 マーガリン焼き 麦茶	488	12	16	2	卵・チャーシュー 焼売・わかめ 牛乳	精白米・チャーハンの素 ビスケット・ごま・片栗粉 さつま芋・マーガリン	長ネギ・人参 ほうれん草 味付きメンマ
13	水	アセロラゼリー	ベーコンの和風スパゲティ 花野菜サラダ・ミニハンバーグ コンソメスープ・牛乳	鮭と菜飯の おにぎり 麦茶	530	19.7	13.7	2.8	ベーコン・ミニハンバーグ 鮭フレーク 牛乳	アセロラゼリー・スパゲティ 和風ドレッシング 精白米	玉ねぎ・しめじ・ほうれん草 カリフラワー・ブロッコリー 人参・コーン・キャベツ・菜飯の素
14	木	コーンフレーク	鶏のすっば煮・小松菜のお浸し 五目卵巻き・ごはん 味噌汁・牛乳	野菜入りホット ケーキ 麦茶	520	24.1	15.9	1.7	鶏肉 五目卵巻き 牛乳・チーズ	コーンフレーク 精白米・里芋 ホットケーキミックス	小松菜 もやし・人参 絹さや・ほうれん草
15	金	星型せんべい	コロケパン・ソーセージケチャップソー キャベツのイタリアンサラダ コンソメスープ・牛乳	ワッフル 麦茶	463	15.1	19.9	1.8	ミニコロケ・ハム 魚肉ソーセージ 牛乳	星型せんべい・バターロール イタリアンドレッシング コンソメスープ・ワッフル	キャベツ・人参 黄ピーマン コーン
16	土	バナナ	豚肉の生姜焼き・白菜塩昆布和え さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	505	16.1	9.7	1.5	豚肉 塩昆布 油揚げ・牛乳	さつま芋 精白米 サラダせんべい	バナナ・玉ねぎ 白菜・人参 きゅうり・大根
17	日										
18	月	チーズかまぼ こ	サバのごま味噌がけ・五色和え 切り干し大根煮・十六穀ごはん すまし汁・牛乳	かぼちゃあべか わ 麦茶	491	18.3	13.6	2.2	チーズかまぼこ・サバ・錦糸卵 わかめ・さつま揚げ きな粉・牛乳	ごま・片栗粉 精白米・十六穀米 麩・かぼちゃ	もやし・きゅうり 人参・グリーンピース 切り干し大根・ほうれん草
19	火	ソフトせんべい	チキンライス・オムレツ お芋のサラダ コンソメスープ・牛乳	いちご蒸しパン 麦茶	483	11.8	11.9	1.6	鶏肉 オムレツ ウインナー・牛乳	ソフトせんべい・精白米・さつま芋・じゃが芋 マヨネーズ・白ドレッシング 蒸しパンミックス・イチゴジャム	玉ねぎ・グリーンピース 人参・レーズン キャベツ・椎茸
20	水	クッキー	ぞうりくエストメニュー・・・醤油ラーメン ブロッコリーサラダ・揚げ餃子 ももゼリー・オレンジジュース	鶏ごぼうおこわ おにぎり 麦茶	480	14	9.5	3.5	豚肉 餃子 鶏肉	クッキー冷凍ラーメン・醤油ラーメンスープ 和風ドレッシング・ももゼリー オレンジジュース・精白米・もち米	キャベツ・人参 にら・ブロッコリー コーン・ごぼう・黄桃缶
21	木		春分の日								
22	金	白い風船	ジャムパン・チキンナゲット ほうれん草のシーザーサラダ クリームシチュー・麦茶	おはぎ 牛乳	553	16.4	19.4	2.3	チーズ・チキンナゲット 鶏肉 あずき・牛乳	白い風船・食パン・イチゴジャム シーザードレッシング・じゃが芋 クリームシチューの素・精白米・もち米	ほうれん草・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ブロッコリー
23	土		卒園式								
24	日										
25	月	ソフトせんべい	肉じゃが・もやしの納豆和え 厚焼玉子・ごはん 味噌汁・牛乳	あずきクリーム クラッカー 麦茶	473	16.6	13.5	1.6	豚肉・納豆 厚焼玉子・油揚げ 牛乳・あずき	ソフトせんべい・じゃが芋 精白米・リッツ ホイップクリーム	人参・玉ねぎ もやし・水菜 大根
26	火	ヨーグルト	サーモンフライ・ウインナー ブロッコリーのチーズサラダ・ごはん トマトスープ・牛乳	ひじき入り お好み焼き 麦茶	478	14.9	15.2	2	ヨーグルト・サーモンフライ チーズ・ウインナー 牛乳・ひじき	シーザードレッシング 精白米 小麦粉	ブロッコリー・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ミックスベジタブル・キャベツ
27	水	ウエハース	若鶏の香り醤油揚げ・ツナポテトサラダ 昆布びら・菜の花ごはん すまし汁・牛乳	シュガーロール 麦茶	567	18.6	18.7	2.4	若鶏の香り醤油揚げ ツナ・鶏肉・昆布 豆腐・牛乳	ウエハース・じゃが芋・マヨネーズ ごま・精白米 シュガーロール	カイワレ大根・ごぼう 人参・菜の花 しめじ・長ネギ
28	木	プリン	たぬきうどん 蒸し鶏サラダ・揚げ里芋 バナナ・牛乳	五目おこわ おにぎり 麦茶	531	13.6	10.8	1.9	わかめ・かまぼこ 鶏肉 牛乳	プリン・うどん・揚げ玉 ごまクリームドレッシング 里芋・片栗粉・精白米・もち米	キャベツ・人参・きゅうり オレンジ・筍 椎茸・ごぼう
29	金	星型せんべい	ポークカレー・福神漬 ピーズサラダ・ オレンジ・牛乳	ドーナツ 麦茶	623	15.5	15.2	3.1	豚肉 大豆 牛乳	星型せんべい・精白米・じゃが芋 パーモントフレーク 青じそドレッシング・ドーナツ	玉ねぎ・人参 コーン・きゅうり 大根・バナナ
30	土	オレンジ	八宝菜・春雨サラダ 春巻き・ごはん 中華スープ・牛乳	ビスケット 麦茶	492	14.5	12.9	1.6	豚肉・かまぼこ ハム・春巻き わかめ・牛乳	オレンジ・八宝菜の素 春雨・精白米 ビスケット	白菜・人参・玉ねぎ 絹さや・筍・きくらげ きゅうり・コーン・長ネギ
31	日										

* 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30年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリ-	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	金	白い風船	お誕生会・ひな祭り・・・ちらし寿司 茹でブロッコリー・チキンカツ・ひな祭りゼリー すまし汁・カルピスウォーター	ひなあられ 麦茶	516	16	7.6	1.3	鶏糸卵 のり チキンカツ	白い風船・精白米 花麩・ゼリー・杏仁豆腐 ひなあられ・カルピス	ちらし寿司の素・キヌサヤ ブロッコリー・ほうれん草 みかん缶
2	土	グレープフルーツ	煮魚・もやしの青じそ和え 里芋そぼろあんかけ・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	452	16.9	6.9	2.1	モロ・ハム 豆腐・わかめ 鶏肉・牛乳	片栗粉・里芋 青じそドレッシング 精白米・ソフトせんべい	グレープフルーツ もやし・人参 いんげん・コーン
3	日										
4	月	ウエハース	親子丼・ごぼうサラダ いわしのつみれ煮 味噌汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	587	22.4	24.6	2.5	鶏肉・卵 いわしつみれ 牛乳	ウエハース・精白米・片栗粉 バターロール ジャム	玉ねぎ・三つ葉 ごぼうサラダ・きゅうり 人参・小松菜
5	火	クッキー	お別れ会・・・ハヤシライス・生クリーム添え バリバリサラダ・鶏のから揚げ ミニケーキ・カルピスウォーター	たい焼き 牛乳	747	19	25.1	2.3	豚肉・生クリーム 鶏肉・昆布茶 牛乳	クッキー・精白米・ハヤシフレーク ポテトチップス・片栗粉 ミニケーキ・カルピス・たい焼き	玉ねぎ・しめじ キャベツ・人参 きゅうり
6	水	ソフトせんべい	けんちんうどん いんげん胡麻和え・竹輪の天ぷら グレープフルーツ・牛乳	ウインナーチップ おにぎり 麦茶	459	13.3	8.3	1.9	豆腐 竹輪・牛乳 ウインナー	ソフトせんべい・うどん 里芋・ごま 小麦粉・精白米	ゴボウ・人参・大根・白菜 いんげん・もやし・グレープフルーツ 玉ねぎ・ミックスベジタブル
7	木	フルーチェ (イチゴ)	メンチカツ・ブロッコリーのフレンチサラダ 炒り卵・ごはん 千切り野菜スープ・牛乳	マッシュマロ サンド 麦茶	546	15.8	20.5	2.4	メンチカツ 炒り卵・ベーコン 牛乳	フルーチェの素 フレンチ白ドレッシング・精白米 リッツ・マッシュマロ	ブロッコリー・黄ピーマン キャベツ・人参 椎茸
8	金	オレンジ	鯖の西京焼き・菜の花のお浸し 大豆入りひじき煮・ごはん すまし汁・牛乳	ハムチーズ パンケーキ 麦茶	447	20.2	10.4	1.8	さわら・ひじき 大豆・さつま揚げ 卵・牛乳・ハム・チーズ	精白米 パン粉	オレンジ・菜の花・もやし 人参・ほうれん草 長ネギ
9	土	りんご	ポークチャップ・ツナサラダ ポテトフライ・ごはん コンソメスープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	497	11.7	16.5	2	豚肉 ツナ 牛乳	イタリアンドレッシング ポテトフライ・精白米 星型せんべい	りんご・玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・人参 コーン・白菜・しめじ
10	日										
11	月	クラッカー チーズ	アジフライ・水菜ともやしのサラダ 高野豆腐煮・ごはん 豚汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	615	21.7	19	2.4	チーズ・アジフライ ハム・高野豆腐 豚肉・牛乳・バター	リッツ・和風ドレッシング 精白米 里芋・麩	水菜・人参・もやし コーン・大根 ゴボウ
12	火	ビスケット	チャーハン・揚げ焼売 ほうれん草のナムル わかめスープ・牛乳	さつま芋 マーガリン焼き 麦茶	458	10	14	1.8	卵・チャーシュー 焼売・わかめ 牛乳	精白米・チャーハンの素 ビスケット・ごま・片栗粉 さつま芋・マーガリン	長ネギ・人参 ほうれん草 味噌きんぴら
13	水	アセロラゼリー	ベーコンの和風スパゲティ 花野菜サラダ・ミニハンバーグ コンソメスープ・牛乳	鮭と菜飯の おにぎり 麦茶	500	17.7	11.7	2.6	ベーコン・ミニハンバーグ 鮭フレーク 牛乳	アセロラゼリー・スパゲティ 和風ドレッシング 精白米	玉ねぎ・しめじ・ほうれん草 カリフラワー・ブロッコリー 人参・コーン・キャベツ・菜飯の素
14	木	コーンフレーク	鶏のすっぽ煮・小松菜のお浸し 五目卵巻き・ごはん 味噌汁・牛乳	野菜入り ホットケーキ 麦茶	490	22.1	13.9	1.5	鶏肉 五目卵巻き 牛乳・チーズ	コーンフレーク 精白米・里芋 ホットケーキミックス	小松菜 もやし・人参 絹さや・ほうれん草
15	金	星型せんべい	ジャムパン・ソーセージチップソテー キャベツのイタリアンサラダ・ミニコロケ コンソメスープ・牛乳	ワッフル 麦茶	433	13.1	17.9	1.6	ミニコロケ・ハム 魚肉ソーセージ 牛乳	星型せんべい・バターロール ジャム・イタリアンドレッシング コンソメスープ・ワッフル	キャベツ・人参 黄ピーマン コーン
16	土	バナナ	豚肉の生姜焼き・白菜塩昆布和え さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	475	14.1	7.7	1.3	豚肉 塩昆布 油揚げ・牛乳	さつま芋 精白米 ソフトせんべい	バナナ・玉ねぎ 白菜・人参 きゅうり・大根
17	日										
18	月	チーズかまぼこ	サバのごま味噌がけ・五色和え 切り干し大根煮・ごはん すまし汁・牛乳	かぼちゃあべか わ 麦茶	461	16.3	11.6	2	チーズかまぼこ・サバ・鶏糸卵 わかめ・さつま揚げ きな粉・牛乳	ごま・片栗粉 精白米 麩・かぼちゃ	もやし・きゅうり 人参・グリーンピース 切り干し大根・ほうれん草
19	火	ソフトせんべい	チキンライス・オムレツ お芋のサラダ コンソメスープ・牛乳	いちご蒸しパン 麦茶	453	9.8	9.9	1.4	鶏肉 オムレツ ウインナー・牛乳	ソフトせんべい・精白米・さつま芋・じゃが芋 マヨネーズ・白ドレッシング 蒸しパンミックス・イチゴジャム	玉ねぎ・グリーンピース 人参・レーズン キャベツ・椎茸
20	水	クッキー	ぞう組リクエストメニュー・・・醤油ラーメン ブロッコリーサラダ・揚げ餃子 ももゼリー・オレンジジュース	鶏ごぼう おにぎり 麦茶	450	12	7.5	3.3	豚肉 餃子 鶏肉	クッキー・冷凍ラーメン・醤油ラーメンスープ 和風ドレッシング・ももゼリー オレンジジュース・精白米	キャベツ・人参 にら・ブロッコリー コーン・ごぼう・黄桃缶
21	木		春分の日								
22	金	白い風船	ジャムパン・チキンナゲット ほうれん草のシーザーサラダ クリームシチュー・麦茶	おはぎ 牛乳	523	14.4	17.4	2.1	チーズ・チキンナゲット 鶏肉 あずき・牛乳	白い風船・食パン・イチゴジャム シーザードレッシング・じゃが芋 クリームシチューの素・精白米	ほうれん草・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ブロッコリー
23	土		卒園式								
24	日										
25	月	ソフトせんべい	肉じゃが・もやしの納豆和え 厚焼玉子・ごはん 味噌汁・牛乳	あずきクリーム クラッカー 麦茶	443	14.6	11.5	1.4	豚肉・納豆 厚焼玉子・油揚げ 牛乳・あずき	ソフトせんべい・じゃが芋 精白米・リッツ ホイップクリーム	人参・玉ねぎ もやし・水菜 大根
26	火	ヨーグルト	サーモンフライ・ウインナー ブロッコリーのチーズサラダ・ごはん トマトスープ・牛乳	ひじき入り お好み焼き 麦茶	448	12.9	13.2	1.8	ヨーグルト・サーモンフライ チーズ・ウインナー 牛乳・ひじき	シーザードレッシング 精白米 小麦粉	ブロッコリー・人参 黄ピーマン・玉ねぎ ミックスベジタブル・キャベツ
27	水	ウエハース	若鶏の香り醤油揚げ・ツナポテトサラダ 昆布びら・菜の花ごはん すまし汁・牛乳	シュガーロール 麦茶	537	16.6	16.7	2.2	若鶏の香り醤油揚げ ツナ・鶏肉・昆布 豆腐・牛乳	ウエハース・じゃが芋・マヨネーズ ごま・精白米 シュガーロール	カイワレ大根・ごぼう 人参・菜の花 しめじ・長ネギ
28	木	プリン	たぬきうどん 蒸し鶏サラダ・揚げ里芋 バナナ・牛乳	五目おにぎり 麦茶	501	11.6	8.8	1.7	わかめ・かまぼこ 鶏肉 牛乳	プリン・うどん・揚げ玉 ごまクリームドレッシング 里芋・片栗粉・精白米	キャベツ・人参・きゅうり オレンジ・筍 椎茸・ごぼう
29	金	星型せんべい	ポークカレー・福神漬け ピーズサラダ・ オレンジ・牛乳	ドーナツ 麦茶	593	13.5	13.2	2.9	豚肉 大豆 牛乳	星型せんべい・精白米・じゃが芋 バーモントフレーク 青じそドレッシング・ドーナツ	玉ねぎ・人参 コーン・きゅうり 大根・バナナ
30	土	オレンジ	八宝菜・春雨サラダ 春巻き・ごはん 中華スープ・牛乳	ビスケット 麦茶	462	12.5	10.9	1.4	豚肉・かまぼこ ハム・春巻き わかめ・牛乳	オレンジ・八宝菜の素 春雨・精白米 ビスケット	白菜・人参・玉ねぎ 絹さや・筍・きくらげ きゅうり・コーン・長ネギ
31	日										

* 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