



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				血や肉をつくる	熱や力となる	体の調子をよくする
2・16	月	ごはん さわらの煮つけ かぼちゃの含め煮 チャブチェ 吉野汁 デコボン	牛乳 甘食	さわら、ハム、鶏肉、豆腐、油揚げ、かつお節 牛乳、卵	米、砂糖、春雨、ごま油、ごま、蒸しパンミックス マーガリン、コンデンスミルク	南瓜、きゃべつ、人参、もやし、ピーマン、ねぎ デコボン
3・17	火	ごはん ハンバーグ ブロッコリーマヨネーズ 切り干し大根の炒め煮 レンズ豆スープ	牛乳 温めん	豚肉、鶏肉、豆腐、卵、牛乳、油揚げ、かつお節 レンズ豆、ベーコン	米、パン粉、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ、油 砂糖、そうめん	玉ねぎ、ブロッコリー、切り干し大根、ほうれん草 人参、干しいたけ、ちんげん菜、ねぎ、小松菜
4・18	水	親子丼 大根としらすサラダ 白菜と豆腐みそ汁 清美オレンジ	牛乳 ドーナツ	鶏肉、なると、卵、しらす、豆腐、みそ、牛乳 かつお節	米、砂糖、ごま油、小麦粉、油、ごま	玉ねぎ、人参、海苔、大根、もやし、コーン わかめ、ひじき、白菜、えのき、ねぎ、オレンジ
5・19	木	ごはん たらムニエル ミモザソース 粉ふきいも 菜果サラダ 小松菜スープ	牛乳 バナナケーキ	たら、卵、チーズ、ベーコン、かつお節、牛乳	米、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ、油、砂糖 じゃがいも	玉ねぎ、人参、ピーマン、きゃべつ、きゅうり パイン缶、小松菜、ねぎ、バナナ
6・20	金	五目うどん あげじゃが トマト カップヨーグルト	牛乳 ひじきおにぎり	鶏肉、かまぼこ、かつお節、豚肉、チーズ ヨーグルト、牛乳、しらす	うどん、麩、じゃがいも、油、砂糖、片栗粉、米 ごま油、ごま	人参、大根、ねぎ、ほうれん草、しめじ、コーン 海苔、トマト、ひじき
7・21	土	コーンライス チキンクリームシチュー フレンチサラダ	牛乳 プレーンクッキー	鶏肉、牛乳、チーズ、ツナ	米、バター、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖 マーガリン	コーン、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、枝豆 きゃべつ、きゅうり
9・23	月	ごはん 鮭の照り焼き やまぶき和え 肉じゃが わかめともやしみそ汁	牛乳 マカロニきな粉	鮭、卵、豚肉、かつお節、みそ、牛乳 きな粉	米、砂糖、春雨、じゃがいも、油、マカロニ 白滝	きゃべつ、小松菜、人参、玉ねぎ グリーンピース、わかめ、もやし
10・24	火	ハヤシライス カリカリベーコンサラダ 卵としめじポタージュ 河内晩柑	牛乳 野菜ポッキー	豚肉、ベーコン、豆乳、卵、かつお節 牛乳、チーズ	米、じゃがいも、油、バター、小麦粉、片栗粉 砂糖	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、きゃべつ、 ブロッコリーコーン、しめじ、えのき、ねぎ 河内晩柑
11・25	水	ぎつねうどん 鶏肉照り焼き 菜の花和え バナナ	牛乳 ツナカレーおにぎり	豚肉、かつお節、油揚げ、鶏肉、牛乳 ツナ	うどん、砂糖、米	大根、人参、ねぎ、小松菜、なばな、もやし、海苔 バナナ
12・26	木	ごはん 生揚げと野菜の中華煮 もやしと海苔サラダ 大根とえのきスープ	牛乳 麩ラスク	生揚げ、豚肉、鶏肉、かつお節、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、片栗粉、白滝、ごま 麩、バター	玉ねぎ、ピーマン、きゃべつ、人参、しめじ もやし、きゅうり、コーン、海苔、大根、えのき
14・28	土	彩りおにぎり 豚肉生姜焼き 塩こうじサラダ 豆腐と小松菜みそ汁	牛乳 ナポリタンスパゲティ	鮭、豚肉、豆腐、かつお節、みそ、牛乳 ウインナー	米、ごま、油、砂糖、麩、スパゲティ	きゃべつ、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、大根 きゅうり、人参、小松菜
お誕生日献立 27		花畑カレーライス 切り干し大根サラダ 春野菜スープ オレンジ 	牛乳 マーブルケーキ	豚肉、生クリーム、チーズ、ツナ、ベーコン 卵、牛乳	米、油、小麦粉、バター、ごま油、砂糖 ごま、じゃがいも	人参、絹さや、玉ねぎ、切り干し大根、きゅうり きゃべつ、かぶ、オレンジ
入園・進級 おめでとつ献立 13		菜の花ごはん 酢鶏 ナムル えのきと花麩すまし汁	牛乳 フルーツゼリー クラッカー (1歳児 米せんべい)	しらす、卵、鶏肉、かつお節、牛乳	米、砂糖、油、小麦粉、片栗粉、ごま油 ごま、麩、ゼリー素、クラッカー	なばな、干しいたけ、たけのこ、玉ねぎ、人参 ピーマン、大根、きゅうり、もやし、切り干し大根 えのき、ねぎ、わかめ、パイン缶、もも缶
						
今月の給食栄養給与量			塩分(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
* 3歳未満児			1.6	510	23	18
* 3歳以上児			2	588	25	19

* 10時おやつ・・・1・2歳児は牛乳がつきます。

* 1歳児食材変更・・・おめでとつ献立 クラッカー⇒米せんべい