

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
3月		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ちらし寿司 五目煮豆 つみれ汁	ピンクテンブ・竹輪・玉子(卵) 大豆・鶏肉 アジ入つみれ	きぬさや 大根・人参・こんにゃく 白菜・ねぎ	精白米 上白糖	ちらし寿司の素 濃口醤油・みりん風 淡口醤油・みりん風・食塩・だし汁
		3時	牛乳 鬼まんじゅう	牛乳(乳)		さつまいも・上白糖・小麦粉(小麦)	水
4月	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 鶏肉のオーロラ焼き ブロッコリーのごまサラダ キャバツのスープ	鶏肉	ブロッコリー・人参・黄パプリカ キャバツ・人参	精白米 マヨドレ・キャノーラ油 上白糖・キャノーラ油・白ごま	食塩・ケチャップ 酢・食塩 コンソメ・水
		3時	牛乳 青りんごゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素青りんご・水
5月	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 肉じゃが 小松菜の塩昆布和え もやしのみそ汁	豚肉 竹輪 味噌	玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・三度豆 小松菜・キャバツ・汐ふき昆布 もやし・人参	精白米 じゃがいも・キャノーラ油・上白糖	濃口醤油・みりん風・料理酒・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 コーンフレークバー	牛乳(乳)		コーンフレーク・キャノーラ油	ホワイトマシュマロ
6月	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ピビンバ混ぜごはん カリフラワーの中華サラダ 豆腐のスープ	合ミンチ 豆腐	しょうが・チンゲン菜・人参・もやし カリフラワー・コーン・人参 しめじ	精白米・上白糖・キャノーラ油 上白糖・ごま油	濃口醤油 濃口醤油 中華味・水
		3時	牛乳 ふのラスク	牛乳(乳)		切り麩(小麦)・キャノーラ油・上白糖	
7月	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 厚揚げのそぼろ炒め煮 和風ポテトサラダ ふのみそ汁	厚揚げ・とりミンチ 花かつお 味噌	人参・玉ねぎ・ピーマン きゅうり・人参 ほうれん草	精白米 キャノーラ油・上白糖・片栗粉 じゃがいも・マヨドレ 切り麩(小麦)	濃口醤油・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 レーズン蒸しパン	牛乳(乳)	レーズン	小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
10月		10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 炒り豆腐 南瓜の煮物 千切大根のみそ汁	豆腐・豚肉 味噌	玉ねぎ・人参・干しいたけ・きぬさや 南瓜・三度豆 千切り大根・ねぎ	精白米 上白糖・ごま油 上白糖	濃口醤油 濃口醤油・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(乳) きな粉		マカロニ(小麦)・上白糖	
12月	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 たらのごま焼き 高野豆腐の煮物 白菜のみそ汁	たら 高野豆腐 味噌	人参・きぬさや 白菜・干わかめ	精白米 白ごま・黒ごま・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油・みりん風 淡口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 フライドポテト	牛乳(乳)		シュースtring・キャノーラ油	食塩
13月	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	五目うどん 白菜の和え物 黄桃缶	鶏肉・あげ	人参・玉ねぎ・ねぎ 白菜・きゅうり 黄桃缶	うどん(小麦) ごま油・白ごま	うどんつゆ・みりん風・だし汁 淡口醤油
		3時	お茶 わかめおにぎり		炊き込みわかめ	精白米	
14月	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	カレーライス お豆のサラダ チーズ	豚肉 大豆 棒チーズ(乳)	玉ねぎ・人参 キャバツ・黄パプリカ・人参	精白米・じゃがいも・キャノーラ油 マヨドレ	とろけるカレー甘口(小麦)・水
		3時	牛乳 ハートココアクッキー	牛乳(乳)		キャノーラ油・上白糖・小麦粉(小麦)	純ココア

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
17	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 アジの塩焼き チンゲン菜の和え物 具だくさんみそ汁	アジ  豆腐・あげ・味噌	チンゲン菜・キャベツ・人参 玉ねぎ・人参・ねぎ	精白米 キャノーラ油 上白糖	食塩 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 大学いも	牛乳(乳)		さつまいも・キャノーラ油・上白糖・黒ごま	みりん風
18	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 鶏の唐揚げ コールスローサラダ さつまいものスープ	鶏肉	にんにく キャベツ・人参・コーン ほうれん草	精白米 片栗粉・キャノーラ油 マヨドレ さつまいも	料理酒・濃口醤油  コンソメ・水
		3時	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳(乳) 豆腐		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
19	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	豚丼 千切り大根のポン酢和え かぼちゃのみそ汁	豚肉  味噌	玉ねぎ・人参・グリーンピース 千切り大根・きゅうり・人参 南瓜・玉ねぎ	精白米・上白糖・片栗粉	だし汁・濃口醤油・みりん風 味ぼんマイルド だし汁
		3時	牛乳 オレンジ	牛乳(乳)	オレンジ		
21	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	鶏肉とじゃがいものケチャップ炒め マカロニサラダ 小松菜のスープ	鶏肉 ツナ缶	人参・ピーマン 人参・きゅうり 小松菜・玉ねぎ	精白米 じゃがいも・上白糖・キャノーラ油 マカロニ(小麦)・マヨドレ	だし汁・濃口醤油・みりん風 味ぼんマイルド だし汁
		3時	牛乳 ブドウゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素ブドウ・水
25	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ツナチャーハン 春雨の酢の物 けんちん汁	ツナ缶 竹輪 鶏肉・あげ	玉ねぎ・人参・コーン 人参・干わかめ 大根・ごぼう・干しいたけ・ねぎ	精白米・ごま油 緑豆春雨・上白糖・白ごま	中華味・濃口醤油 酢・淡口醤油 淡口醤油・みりん風・食塩・だし汁
		3時	牛乳 豆乳プリン	牛乳(乳) 豆乳	クールアガー	上白糖	
26	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 豚肉のカレーソテー フラワーサラダ 小松菜のスープ	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・三色ピーマン ブロッコリー・カリフラワー・人参 小松菜・白菜	精白米 上白糖・キャノーラ油 マヨドレ	カレー粉・ケチャップ・トンカツソース  コンソメ・水
		3時	牛乳 ふかしもち	牛乳(乳)		さつまいも	
27	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯 あかうおの生姜煮 じゃがいものきんぴら 豆腐のみそ汁	赤魚 さつまあげ 豆腐・味噌	しょうが 人参・グリーンピース ねぎ	精白米 上白糖 じゃがいも・上白糖・ごま油・白ごま	食塩・料理酒・濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 りんごのコンポート	牛乳(乳)	りんご・レモン	上白糖	
28	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	みそラーメン 大根サラダ パイン缶	豚肉・味噌 ツナ缶	白菜・人参・コーン・干わかめ 大根・きゅうり パイン缶	中華麺(小麦) マヨドレ	中華味・ラーメンスープ・みりん風・水
		3時	お茶 なめしおにぎり		菜めしの素	精白米	

1~2歳栄養価の平均 エネルギー(エ) 493kcal たんぱく質(たん) 18.5g 脂質(脂) 18.4g 食塩相当量(食塩) 1.6g

★都合により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。

★土曜日はパン給食またはお弁当です

★( )内は小麦、卵、乳を含む製品です。

★マヨドレは卵不使用のマヨネーズタイプのドレッシングです。

★※10時おやつは園より提供になります。