

| | | 献立表 | | | | | | 1(土) |
|----|---|--|--|--|---|--|--|---|
| 午前 |  | | | | | | | ビスケット、牛乳 |
| 昼食 | | | | | | | | ご飯 みそ汁(豆腐、わかめ、玉ねぎ) 鮭のマヨチーズ焼き ブロッコリーのおかか和え グレープフルーツ |
| 午後 | | | | | | | | 牛乳、苺のスティックケーキ |
| | | 2(日) | 3(月) | 4(火) | 5(水) | 6(木) | 7(金) | 8(土) |
| 午前 | せんべい、お茶 | ビスケット、牛乳 | ヨーグルト、お茶 | ウエハース、牛乳 | クラッカー、牛乳 | せんべい、牛乳 | 野菜ジュース | |
| 昼食 | ご飯 みそ汁 鶏肉のカレームニエル じゃがマヨコーン 果物 | カレーライス スープ(コーン、ブロッコリー、しめじ) ツナサラダ オレンジ | ご飯 すまし汁(油揚げ、玉ねぎ、小松菜) タラのごま味噌焼き アスパラと卵の炒め物 いちご | 豆腐とカニカマのあんかけ丼 みそ汁(チンゲン菜、キャベツ、人参) ひじきの煮物 ヨーグルト和え | ご飯 みそ汁(里芋、油揚げ、わかめ) 擬製豆腐 キャベツとしらすのごま酢和え バナナ | パン 豆乳スープ(豆乳、ハム、小松菜) ポークチャップ ブロッコリーのミモザサラダ しらぬい | 五目うどん 厚揚げとさつまいもの味噌煮 オレンジ | |
| 午後 | 豆乳飲料、ウエハース | 牛乳、わかめしらすおにぎり | 牛乳、きな粉クリームサンド | 牛乳、スコーン 苺ジャム | 牛乳、五平餅 | 牛乳、高野豆腐のそぼろおにぎり | 牛乳、ゼリー、せんべい(以上児) | |
| | | 9(日) | 10(月) | 11(火) | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) |
| 午前 | せんべい、お茶 | ウエハース、牛乳 | ビスケット、牛乳 | ショア | ヨーグルト、お茶 | 豆乳飲料 | ゼリー、お茶 | |
| 昼食 | ご飯 みそ汁 あじの香り焼き ほうれん草の煮浸し 果物 | じゃこご飯 みそ汁(大根、なめこ、小葱) 豆腐のふんわり揚げ ポテ菜サラダ バナナ | ご飯 中華スープ(春雨、ニラ、人参) ホイコーロー ナムル フルーツヨーグルト | ▶おすすめメニュー▶ 春キャベツのクリームパスタ スープ(筍、豚肉、わかめ) ブロッコリーとかの味噌マヨ和え オレンジゼリー | ご飯 すまし汁(ほうれん草、油揚げ、玉ねぎ) さばの味噌煮 筍とスナップエンドウのバター醤油炒め しらぬい | ご飯 みそ汁(豆腐、ニラ、白菜) 肉じゃが 金平ごぼう グレープフルーツ | チャーハン 春雨スープ(春雨、チンゲン菜、コーン) キャベツの香味和え バナナ | |
| 午後 | 豆乳飲料、パウムクーヘン | 牛乳、きな粉蒸しパン | 牛乳、桜餅風 | 牛乳、水玉おにぎり(卵・グリーンピース) | 牛乳、キャロットケーキ | 牛乳、アップルパイ | 牛乳、きつねそうめん | |
| | | 16(日) | 17(月) | 18(火) | 19(水) | 20(木) | 21(金) | 22(土) |
| 午前 | せんべい、お茶 | 野菜ジュース | ウエハース、牛乳 | ビスケット、牛乳 | せんべい、牛乳 | コーンフレーク、牛乳 | クラッカーとチーズ、牛乳 | |
| 昼食 | ホットドッグ スープ じゃがコーン 果物 | ご飯 みそ汁(さつまいも、油揚げ、絹さや) カレイのパン粉焼き ひじきサラダ グレープフルーツ | ご飯 みそ汁(じゃが芋、しめじ、小葱) 豆腐チャンプルー 小松菜と切干大根のごま和え バナナ | パン 豆乳コーンスープ(豆乳、コーン、パセリ) タンドリーチキン ごぼうマヨサラダ オレンジ | ご飯 かきたまスープ(卵、小松菜、しめじ) チャプチェ 大根の甘酢和え いちご | ご飯 みそ汁(もやし、なめこ、油揚げ) あじの竜田揚げ チンゲン菜の納豆和え バナナ | 親子丼 みそ汁(さつまいも、人参、わかめ) 小松菜とカニカマの和え物 オレンジ | |
| 午後 | 野菜ジュース、ウエハース | 牛乳、いちごのフルーチェ | 牛乳、マカロニきな粉 | ▶おすすめおやつ▶ お茶、ライスコロッケ、 チーズせんべい添え | 牛乳、凍り豆腐のフレンチトースト | 牛乳、チーズ入り芋もち | 牛乳、ピザトースト | |
| | | 23(日) | 24(月) | 25(火) | 26(水) | 27(木) | 28(金) | 29(土) |
| 午前 | せんべい、お茶 | ビスケット、牛乳 | ヨーグルト、お茶 | ウエハース、牛乳 | 甘辛せんべい、牛乳 | 野菜ジュース | ウエハース、麦茶 | |
| 昼食 | ご飯 みそ汁 タラの中華甘酢あんかけ かぼちゃとブロッコリーのマヨサラダ 果物 | ご飯 みそ汁(スナップエンドウ、玉ねぎ、豆腐) 鶏とごぼうの旨煮 春雨とほうれん草の炒め物 オレンジ | ご飯 スープ(じゃが芋、人参、わかめ) 豆腐ミートローフ 大根と水菜のツナ海苔和え りんごゼリー | 春色ご飯 すまし汁(豆腐、ねぎ、舞茸) 鮭のごま味噌焼き ほうれん草のおかか和え バナナ | パン スープ(かぶ、コーン、ハム) 豚肉と大豆のケチャップ煮 コールスローサラダ オレンジ | ▶お誕生日会▶ オム鯉のほり すまし汁(豆腐、三つ葉、麩) マカロニサラダ 新じゃが焼き オレンジ | ●昭和の日● ご飯 みそ汁 タラの和風ムニエル ブロッコリーのマヨコーン 果物 | |
| 午後 | 豆乳飲料、パウムクーヘン | 牛乳、かぼちゃとバナナのスイーツボール | 牛乳、チーズパイスティック | 牛乳、春色スパゲティ | 牛乳、鮭わかめおにぎり | 牛乳、鯉のほりクッキー | 豆乳飲料、パウムクーヘン | |
| | | 30(日) | ※ 食材の仕入れ状況により、一部献立の変更が生じることがあります。 | | | | | |
| 午前 | せんべい、お茶 | ≪今月の平均栄養量≫ 3歳児以上児：エネルギー 502kcal たんぱく質 21.2g 脂質 14.7g 塩分 1.4g 3歳児未満児：エネルギー 449kcal たんぱく質 18.9g 脂質 14.3g 塩分 1.3g | | | | | |  |
| 昼食 | ご飯 すまし汁 鶏肉のピザ風焼き じゃが芋の磯炒め 果物 | | | | | | | |
| 午後 | 野菜ジュース、ウエハース | | | | | | | |