



【今年度、初めて出る食材】  
 今月、新しい食材は、特にありません。

●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立表を確認し、先にご家庭で試してみてください。

●申し出がない場合は、献立通りの提供になります。ご了承ください。



・2日は、ひな祭りの行事食です。  
 ・15日は、お誕生日会です。  
 ・16日は、うちゅうさんのリクエスト給食です。  
 ・28日は、多文化おやつ ナシゴレンです。  
 ナシゴレンはインドネシアの焼き飯料理です。  
 ※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズ・ウィンナー

乳児さんの朝のおやつは毎日牛乳です。

| 日  | 曜 | 昼食献立名                                                      | 3時おやつ                                    | 材料                                               |                                          |                                                                     | 調味料                                          |
|----|---|------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|    |   |                                                            |                                          | 熱と力になるもの                                         | 血や肉や骨になるもの                               | 体の調子を整えるもの                                                          |                                              |
| 1  | 水 | ごはん<br>豚大根<br>ポテトサラダ<br>味噌汁(厚揚げ・えのき)<br>りんご                | チーズおかかおにぎり<br>牛乳                         | 米、さとう、じゃが芋<br>エッグケアマヨネーズ<br>ごま                   | 豚小間肉<br>厚揚げ、味噌<br>プロセスチーズ、花鰻<br>牛乳       | 大根、にんじん、こんにゃく<br>しょうが、きゅうり、えのき<br>りんご                               | 出汁、醤油、みりん<br>塩                               |
| 2  | 木 | 五目稲荷寿司<br>鶏肉お好み焼き風<br>白菜のごま和え<br>清汁(小松菜・ねぎ)<br>清見オレンジ      | 米粉三色蒸しパン<br>ひなあられ<br>カルピス                | 米、さとう、油<br>エッグケアマヨネーズ<br>練りごま<br>米粉<br>ひなあられ     | 油揚げ、鶏もも肉<br>花鰻、豆乳<br>生クリーム<br>牛乳<br>カルピス | ひじき、にんじん、ねぎ<br>インゲン、青のり、白菜<br>パプリカ、小松菜<br>清見オレンジ、ほうれん草<br>干しいたけ、いちご | 出汁、醤油、みりん<br>ウスターソース、塩<br>ベーキングパウダー          |
| 3  | 金 | ポークカレーライス<br>春雨の中華サラダ<br>いよかん                              | きなこトースト<br>牛乳                            | 米、じゃが芋、油<br>春雨、さとう<br>ごま油、カレールー<br>食パン<br>バター    | 豚小間肉<br>きなこ<br>牛乳                        | にんじん、玉ねぎ、きゅうり<br>コーン、いよかん                                           | コンソメ<br>塩<br>酢                               |
| 4  | 土 | ごはん<br>肉じゃが<br>もやしサラダ<br>味噌汁(大根・油揚げ)<br>りんご                | みかんゼリー<br>牛乳                             | 米、じゃが芋<br>油、さとう                                  | 豚小間肉<br>油揚げ、味噌<br>牛乳                     | 玉ねぎ、にんじん、しらたき<br>もやし、きゅうり、大根<br>りんご、オレンジジュース<br>大根の葉、みかん缶           | 出汁、料理酒、みりん<br>醤油<br>酢、寒天                     |
| 5  | 日 |                                                            |                                          |                                                  |                                          |                                                                     |                                              |
| 6  | 月 | ごはん<br>ミートボール(照り焼き味)<br>大豆入りコールスロー<br>味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ)<br>りんご | 大学芋<br>牛乳                                | 米、片栗粉、さとう<br>エッグケアマヨネーズ<br>さつま芋、油、ごま             | 豚ひき肉、大豆水煮<br>味噌<br>牛乳                    | 玉ねぎ、キャベツ、きゅうり<br>にんじん、かぼちゃ、りんご                                      | みりん、醤油<br>酢、塩、出汁                             |
| 7  | 火 | きつねうどん<br>鶏肉の胡麻照り焼き<br>じゃが芋のきんぴら<br>清見オレンジ                 | かやくごはん<br>牛乳                             | うどん<br>ごま、油<br>じゃが芋、米<br>さとう、米粉                  | 油揚げ、鶏もも肉<br>牛乳                           | にんじん、ねぎ、ほうれん草<br>ピーマン、清見オレンジ<br>しめじ                                 | 出汁、醤油、みりん<br>塩、料理酒                           |
| 8  | 水 | ジャムパン(いちご)<br>ポークビーンズ<br>きゅうりとちくわのサラダ<br>コーンスープ<br>りんご     | 鶏おこわ<br>牛乳                               | 食パン<br>油、さとう、ごま<br>エッグケアマヨネーズ<br>米、もち米<br>いちごジャム | 豚小間肉、大豆水煮<br>ちくわ、豆乳<br>鶏ひき肉<br>牛乳        | 玉ねぎ、にんじん、ピーマン<br>トマト缶、きゅうり、コーン<br>りんご、しめじ、ごぼう                       | ケチャップ<br>ウスターソース<br>醤油、コンソメ<br>塩、料理酒<br>中華だし |
| 9  | 木 | ごはん<br>麻婆豆腐<br>切干大根のサラダ<br>もやしスープ<br>いよかん                  | きなこ棒<br>牛乳<br><br>あおぞら組<br>さつま芋のきなこスティック | 米、ごま油、さとう<br>片栗粉<br>はちみつ                         | 絹ごし豆腐、豚ひき肉<br>味噌<br>きなこ<br>牛乳            | にんじん、玉ねぎ<br>切干大根、きゅうり、わかめ<br>もやし、しめじ、いよかん                           | 醤油、酢<br>塩、中華だし                               |
| 10 | 金 | ごはん<br>ぶりの照り焼き<br>ビーフンサラダ<br>味噌汁(わかめ・玉ねぎ)<br>清見オレンジ        | ルヴァンサンド<br>(チーズクリーム)<br>牛乳               | 米、さとう、油<br>ビーフン<br>エッグケアマヨネーズ<br>クラッカー           | ぶり<br>味噌、クリームチーズ<br>花鰻、生クリーム<br>牛乳       | きゅうり、にんじん、コーン<br>わかめ、玉ねぎ、清見オレンジ                                     | 醤油、みりん<br>出汁                                 |
| 11 | 土 | ごはん<br>生揚げの中華炒め<br>ほうれん草のおかか和え<br>味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)<br>りんご     | 米粉スコーン<br>牛乳                             | 米、油、米粉<br>さとう<br>いちごジャム                          | 厚揚げ、豚小間肉<br>花鰻、味噌<br>豆乳、絹豆腐<br>牛乳        | にんじん、玉ねぎ、ピーマン<br>ほうれん草、コーン<br>キャベツ、りんご                              | 塩、中華だし<br>醤油、出汁<br>レモン汁<br>ベーキングパウダー         |
| 12 | 日 |                                                            |                                          |                                                  |                                          |                                                                     |                                              |
| 13 | 月 | 甘辛ひきにく丼<br>マセドアンサラダ<br>中華スープ(わかめ・ごま)<br>清見オレンジ             | じゃこおにぎり<br>牛乳                            | 米、さとう、油<br>じゃが芋<br>エッグケアマヨネーズ<br>ごま              | 豚ひき肉<br>ちりめん、花鰻<br>牛乳                    | ねぎ、しめじ、パプリカ<br>しょうが、にんにく、にんじん<br>きゅうり、わかめ<br>清見オレンジ                 | みりん、醤油<br>塩、出汁<br>中華だし                       |
| 14 | 火 | ごはん<br>鯖の和風ムニエル<br>ナムル<br>味噌汁(切干・人参)<br>りんご                | のりチーズトースト<br>牛乳                          | 米、米粉、油<br>ごま油<br>エッグケアマヨネーズ<br>食パン               | 鯖<br>味噌<br>ピザ用チーズ<br>牛乳                  | もやし、きゅうり、にんじん<br>切干大根、りんご<br>刻みのり                                   | 醤油、中華だし<br>塩、出汁                              |

| 日  | 曜 | 昼食献立名                                                              | 3時おやつ                              | 材料                                                       |                                         |                                                                       | 調味料                                            |
|----|---|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
|    |   |                                                                    |                                    | 熱と力になるもの                                                 | 血や肉や骨になるもの                              | 体の調子を整えるもの                                                            |                                                |
| 15 | 水 | 高野豆腐そぼろごはん<br>のり塩から揚げ<br>ブロッコリーのタルタルがけ<br>味噌汁(大根・なめこ・ねぎ)<br>清見オレンジ | プリンアラモード<br>牛乳                     | 米、さとう<br>片栗粉、油<br>エッグケアマヨネーズ<br>黒糖、かぼちゃ<br>メープルシロップ      | 高野豆腐、鶏もも肉<br>味噌、豆乳<br>生クリーム<br>牛乳       | しょうが、玉ねぎ、にんじん<br>青のり、ブロッコリー、もやし<br>パセリ、大根、なめこ、ねぎ<br>清見オレンジ<br>いちご、黄桃缶 | みりん、醤油、出汁<br>料理酒、塩<br>バニラエッセンス<br>寒天           |
| 16 | 木 | カレーライス<br>ハンバーグ/たこさんウィンナー<br>シルバーサラダ<br>コーンスープ<br>いちご              | 米粉ココアケーキ<br>りんごジュース                | 米、カレールー<br>春雨、じゃが芋<br>エッグケアマヨネーズ<br>米粉、油、片栗粉<br>かぼちゃ、バター | 豚ひき肉、ウィンナー<br>豆乳、生クリーム<br>スライスチーズ<br>牛乳 | 玉ねぎ、にんじん、きゅうり<br>いちご、りんごジュース                                          | ケチャップ<br>ウスターソース<br>コンソメ、塩<br>ココア<br>ベーキングパウダー |
| 17 | 金 | ごはん<br>のしどり<br>もやしの三杯酢<br>清汁(白菜・人参)<br>清見オレンジ                      | 鮭わかめおにぎり<br>牛乳                     | 米、さとう、油<br>片栗粉、ごま                                        | 鶏ひき肉、木綿豆腐<br>鮭フレーク、味噌<br>牛乳             | もやし、にんじん、きゅうり<br>白菜、わかめ、玉ねぎ<br>コーン、清見オレンジ                             | 出汁、塩、醤油<br>酢                                   |
| 18 | 土 | ごはん<br>鶏肉のマーマレード炒め<br>わかめとコーンのサラダ<br>味噌汁(もやし・小松菜)<br>りんご           | ツナのおにぎり<br>牛乳                      | 米、油、ごま油<br>さとう<br>マーマレードジャム                              | 鶏小間肉<br>味噌<br>ツナ缶<br>牛乳                 | パプリカ、玉ねぎ<br>わかめ、きゅうり、コーン<br>もやし、小松菜、りんご                               | 醤油、料理酒<br>酢、出汁                                 |
| 19 | 日 |                                                                    |                                    |                                                          |                                         |                                                                       |                                                |
| 20 | 月 | ごはん<br>鶏じゃが<br>ツナピーマン炒め<br>白菜スープ<br>りんご                            | ぼたもち<br>牛乳                         | 米、もち米<br>さとう<br>じゃが芋、油                                   | 鶏小間肉、ツナ缶<br>あずき、きなこ<br>牛乳               | 玉ねぎ、しらたき<br>もやし、ピーマン、コーン<br>白菜、にんじん、りんご                               | コンソメ<br>カレー粉、塩<br>醤油<br>出汁、料理酒                 |
| 21 | 火 | 春分の日                                                               |                                    |                                                          |                                         |                                                                       |                                                |
| 22 | 水 | ごはん<br>たらのチーズ焼き<br>ほうれん草の海苔和え<br>味噌汁(厚揚げ・玉ねぎ)<br>清見オレンジ            | ゆかりひじきごはん<br>牛乳                    | 米、油<br>さとう、ごま                                            | たら、ピザ用チーズ<br>厚揚げ、味噌<br>牛乳               | ほうれん草、白菜、にんじん<br>刻みのり、玉ねぎ、清見オレンジ<br>ひじき                               | 塩、醤油、出汁<br>みりん、ゆかり                             |
| 23 | 木 | ジャムパン(りんご)<br>クリームシチュー<br>野菜スティック<br>いよかん                          | 味噌焼きおにぎり<br>牛乳                     | 食パン<br>油、米粉、じゃが芋<br>エッグケアマヨネーズ<br>米、りんごジャム<br>さとう        | 鶏小間肉、豆乳<br>味噌<br>牛乳                     | にんじん、玉ねぎ、ブロッコリー<br>きゅうり、いよかん                                          | コンソメ、塩<br>醤油<br>みりん                            |
| 24 | 金 | ごはん<br>豚肉の味噌炒め<br>甘酢和え<br>清汁(ちくわ・ねぎ)<br>清見オレンジ                     | 米粉ココア蒸しパン<br>牛乳                    | 米、さとう、油<br>春雨<br>米粉                                      | 豚小間肉、味噌<br>ちくわ、豆乳<br>牛乳                 | キャベツ、ピーマン、もやし<br>小松菜、コーン、ねぎ<br>清見オレンジ                                 | みりん、料理酒<br>酢、醤油、塩<br>出汁、ココア<br>ベーキングパウダー       |
| 25 | 土 | ごはん<br>炒り豆腐<br>じゃが芋の磯和え<br>味噌汁(人参・えのき)<br>清見オレンジ                   | ボン菓子おこし<br>牛乳<br><br>あおぞら組<br>ハイハイ | 米、油、さとう<br>じゃが芋<br>ボン菓子、水あめ                              | 木綿豆腐、豚ひき肉<br>味噌<br>牛乳                   | にんじん、玉ねぎ、ほうれん草<br>青のり、えのき、清見オレンジ                                      | 醤油、塩、出汁                                        |
| 26 | 日 |                                                                    |                                    |                                                          |                                         |                                                                       |                                                |
| 27 | 月 | チキンカレーライス<br>ひじきサラダ<br>りんご                                         | 炒めビーフン<br>牛乳                       | 米、じゃが芋、油<br>さとう<br>ビーフン、カレールー                            | 鶏小間肉<br>豚ひき肉<br>牛乳                      | にんじん、玉ねぎ、ひじき<br>きゅうり、コーン、りんご                                          | コンソメ<br>塩<br>酢、醤油<br>中華だし                      |
| 28 | 火 | ごはん<br>レバーの香り揚げ<br>白菜とりんごのサラダ<br>味噌汁(もやし・わかめ)<br>清見オレンジ            | ナシゴレン(インドネシア)<br>牛乳                | 米、ごま油、片栗粉<br>油、さとう                                       | 豚レバー<br>味噌<br>鶏ひき肉<br>牛乳                | しょうが、白菜<br>きゅうり、にんじん、りんご<br>もやし、わかめ、清見オレンジ<br>パプリカ、玉ねぎ<br>にんにく、小松菜    | 料理酒、醤油<br>出汁、酢、塩                               |
| 29 | 水 | 豚汁うどん<br>鯖の塩焼き<br>ブロッコリーの中華和え<br>りんご                               | 骨太チャーハン<br>牛乳                      | うどん<br>ごま油<br>米、ごま<br>油                                  | 豚小間肉、木綿豆腐<br>味噌、鯖<br>豚ひき肉、しらす<br>牛乳     | 大根、ごぼう、にんじん<br>こんにゃく、ねぎ、ブロッコリー<br>りんご                                 | 出汁、みりん、醤油<br>塩、料理酒<br>酢                        |
| 30 | 木 | ごはん<br>ミートローフ<br>じゃが芋カレーソテー<br>清汁(ほうれん草・玉ねぎ)<br>清見オレンジ             | 米粉クッキー<br>牛乳                       | 米、片栗粉、じゃが芋<br>さとう<br>油<br>米粉、バター                         | 豚ひき肉<br>豆乳<br>牛乳                        | 玉ねぎ、にんじん、コーン<br>ほうれん草<br>清見オレンジ                                       | 塩、ケチャップ<br>ウスターソース<br>カレー粉、出汁<br>醤油            |
| 31 | 金 | ごはん<br>鶏肉のバーベキュー焼き<br>小松菜の納豆和え<br>味噌汁(高野豆腐・ねぎ)<br>清見オレンジ           | シュガートースト<br>牛乳                     | 米、油、さとう<br>ごま油<br>食パン<br>バター                             | 鶏もも肉<br>しらす、挽き割り納豆<br>高野豆腐、味噌<br>牛乳     | にんにく、しょうが、小松菜<br>にんじん、ねぎ、清見オレンジ                                       | 塩、ケチャップ<br>ウスターソース、醤油<br>酢、出汁                  |

