



【今年度、初めて出る食材】  
 今月は新しい食材はありません

- 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。

- ・1日は、ひなまつりの行事食です。
- ・14日は、お誕生日会です。
- ・19日は、うちゅうさんのリクエストメニューです。
- ・6日は多文化おやつ アルペンマカロニです。

茹でたじゃが芋とマカロニにチーズを絡め、カリカリに

炒めた玉ねぎをトッピングしたスイス料理です。

※納品の関係により、変更することが

乳児さんは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	金	ちらし寿司 五色和え フライドポテト(のり塩) 清汁(手毬麩・青ねぎ) りんご	ひな祭りパフェ 牛乳	米、さとう、じゃがいも 油、手毬麩 ホットケーキミックス ひなあられ	鮭、鶏ささみ 豆乳 生クリーム 牛乳	ひじき、にんじん、のり、コーン きゅうり、こまつな、わかめ もやし、青のり、ねぎ りんご ほうれんそう、いちご	出汁、しょう油 みりん、料理酒 塩、酢 フルーツソース
2	土	ごはん 肉豆腐 さつま芋の甘煮 味噌汁(ほうれん草・油揚げ) りんご	くずもち黒蜜かけ 牛乳	米、さとう、さつまいも 片栗粉、黒蜜	豚こま肉 焼き豆腐、みそ 油揚げ、きな粉 牛乳	たまねぎ、にんじん 切干大根、ほうれんそう りんご	出汁、しょう油 みりん
3	日						
4	月	ごはん れんこんのつくね焼き ひじきの五目煮 清汁(大根・大根の葉) りんご	ツナと塩昆布のごはん 牛乳	米、パン粉、油 さとう、ごま	木綿豆腐、豚ひき肉 高野豆腐 油揚げ ツナフレーク 牛乳	れんこん、にんじん、ねぎ ひじき、ピーマン、だいこん だいこんの葉、りんご 塩昆布	塩、しょう油、みりん 出汁
5	火	ごはん ヤンニョムチキン 三色おひたし 味噌汁(白菜・厚揚げ) 清見オレンジ	コーンフレーククッキー 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、ごま 小麦粉、バター コーンフレーク	鶏もも肉 花鰹、厚揚げ みそ 牛乳	にんにく、こまつな、キャベツ にんじん、はくさい 清見オレンジ	塩、料理酒 ケチャップ、しょう油 みりん、出汁
6	水	ごはん 豚肉の炒め煮 大根中華サラダ 味噌汁(里芋・油揚げ) りんご	アルペンマカロニ(スイス) 牛乳	米、油、さとう はるさめ、ごま油 ごま、さといも マカロニ、じゃがいも バター	豚こま肉、ツナフレーク 油揚げ、みそ パルメザンチーズ ピザ用チーズ 牛乳	たまねぎ、しょうが、だいこん にんじん、きゅうり、りんご パセリ缶	料理酒、しょう油 酢、出汁 コンソメ
7	木	味噌けんちんうどん 鱈のカレー風味焼き じゃが芋の甘辛煮 清見オレンジ	チャーハン 牛乳	うどん、小麦粉 油、じゃがいも さとう、米、ごま油	鶏もも肉 木綿豆腐、みそ あじ、豚ひき肉 牛乳	にんじん、はくさい、だいこん ごぼう、ねぎ、青のり 清見オレンジ、たまねぎ	出汁、みりん しょう油、塩 カレー粉 中華だし
8	金	マーボー豆腐丼 小松菜の胡麻和え 春雨スープ(人参) りんご	わかめおにぎり 牛乳	米、ごま油、さとう 片栗粉、ごま はるさめ	絹ごし豆腐 豚ひき肉、みそ 牛乳	たまねぎ、にら、こまつな もやし、にんじん、りんご	中華だし しょう油、コンソメ 塩 わかめごはんの素
9	土	ごはん 鶏肉のバーベキュー炒め キャベツの和え物 味噌汁(えのき・わかめ) 清見オレンジ	ホットケーキ 牛乳	米、油、さとう ホットケーキミックス メープルシロップ	鶏もも肉 みそ 豆乳 牛乳	たまねぎ、ピーマン、にんにく しょうが、キャベツ、きゅうり にんじん、えのき、わかめ 清見オレンジ	塩、ケチャップ 中濃ソース 酢、しょう油、出汁
10	日						
11	月	ジャムパン ミートボール(ケチャップ味) じゃが芋のソテー 豆乳スープ(白菜・人参) りんご	青菜とじゃこのごはん 牛乳	食パン、いちごジャム 片栗粉、さとう じゃがいも、油 米、ごま油、ごま	豚ひき肉 豆乳、スキムミルク ちりめん 牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン はくさい、パセリ缶、りんご こまつな	ケチャップ ウスターソース 料理酒、しょう油 塩、コンソメ
12	火	ごはん 鶏肉治部煮(石川県) 切干大根のマヨ和え めった汁(石川県) りんご	ゆかりひじきごはん 牛乳	米、小麦粉、片栗粉 さとう、ごま、さつまいも エッグケアマヨネーズ 油	鶏もも肉 ツナフレーク 豚ひき肉、みそ 牛乳	しょうが、切干大根 にんじん、豆苗、ごぼう、ねぎ りんご、ひじき	料理酒、出汁、みりん しょう油、ゆかり粉
13	水	ポークカレーライス じゃこサラダ(小松菜) 清見オレンジ	メロンパントースト 牛乳	米、じゃがいも、小麦粉 油、さとう、カレールー 食パン、バター ホットケーキミックス グラニュー糖	豚こま肉 スキムミルク ちりめん、豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ キャベツ、こまつな 清見オレンジ	ケチャップ、中濃ソース 酢、しょう油 コンソメ、塩 レモン汁
14	木	ごはん、手作りふりかけ 鶏肉の青のりパン粉焼き れんこんゴママヨサラダ 味噌汁(豆腐・なめこ・ねぎ) いちご	みかんカップケーキ 牛乳	米、油、パン粉 バター、さとう、ごま エッグケアマヨネーズ ホットケーキミックス	花鰹、鶏もも肉 絹ごし豆腐、みそ 牛乳	にんにく、青のり、れんこん きゅうり、にんじん、なめこ ねぎ、いちご、みかん缶 オレンジジュース	しょう油、みりん 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	金	ごはん 揚げ魚の甘辛煮 大豆入りコールスローサラダ 味噌汁(わかめ・油揚げ) 清見オレンジ	焼きそば 牛乳	米、片栗粉、油 さとう 焼きそば麺	赤魚、大豆 油揚げ、みそ 豚ひき肉 牛乳	キャベツ、にんじん、きゅうり わかめ、清見オレンジ もやし、たまねぎ、青のり	しょう油、みりん 酢、塩、出汁 中濃ソース
16	土	ごはん 豚肉の照り焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁(もやし・わかめ) 清見オレンジ	さつまいももち 牛乳	米、小麦粉 油、さとう、ごま さつまいも、片栗粉 バター、はちみつ	豚こま肉 高野豆腐、みそ ピザ用チーズ 牛乳	にんじん、だいこん、もやし わかめ、清見オレンジ	しょう油、みりん 出汁
17	日						
18	月	ごはん 鯖の塩焼き 小松菜とささみの磯和え 味噌汁(白菜・人参) りんご	ぼたもち(あんこ・きな粉) 牛乳	米、ごま油 さとう、もち米	さば、鶏ささみ みそ きなこ、あんこ 牛乳	こまつな、もやし、のり はくさい、にんじん、りんご	塩、しょう油 出汁
19	火	ミートスパゲティ 唐揚げ わかめときゅうりのサラダ(みかん缶) コーンスープ いちご	れもんとぶどうのゼリー クラッカー カルピス	スパゲティ、油、さとう 片栗粉、ごま油 クラッカー	豚ひき肉 鶏もも肉 パルメザンチーズ 牛乳、カルピス	たまねぎ、にんじん わかめ、きゅうり、みかん缶 パセリ缶、しょうが、にんにく いちご	コーンスープの素、塩 コンソメ、ケチャップ トマトピューレ、料理酒 中濃ソース、しょう油、酢 レモン汁、寒天、ゼリーの素
20	水	<b>春分の日</b>					
21	木	ジャムパン スコップコロケ 白菜フレンチサラダ コンソメスープ(もやし・ほうれん草) りんご	炊き込みご飯 牛乳	食パン、いちごジャム じゃがいも、油 パン粉、バター、さとう 米	豚ひき肉 ピザ用チーズ 油揚げ 牛乳	たまねぎ、パセリ缶 はくさい、にんじん、きゅうり もやし、ほうれん草、りんご しめじ	コンソメ、酢、塩 みりん、しょう油 料理酒
22	金	ごはん 豚肉の香味焼き 切干大根の煮物 味噌汁(キャベツ・えのき) 清見オレンジ	ココアパン 牛乳	米、ごま、ごま油 さとう ホットケーキミックス 油	豚こま肉 高野豆腐、みそ 絹ごし豆腐 豆乳 牛乳	ねぎ、にんにく、しょうが 切干大根、にんじん キャベツ、えのき 清見オレンジ	みりん、しょう油 出汁、ココア
23	土	ごはん 鶏肉の塩麹炒め ポテトサラダ 味噌汁(大根・油揚げ) 清見オレンジ	スコーン(きな粉クリーム) 牛乳	米、ごま油 片栗粉、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 小麦粉、さとう バター	鶏もも肉 油揚げ、みそ 豆乳、きな粉 スキムミルク 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんにく しょうが、きゅうり、にんじん だいこん、清見オレンジ	塩麹、しょう油 料理酒、塩、出汁 ベーキングパウダー
24	日						
25	月	チキンカレーライス 花野菜のサラダ 清見オレンジ	カナッペ(焼きりんご・チーズ) 牛乳	米、じゃがいも さとう、ごま油 カレールー、小麦粉 クラッカー、バター	鶏もも肉 スキムミルク スライスチーズ 牛乳	にんじん、たまねぎ ブロッコリー、カリフラワー 清見オレンジ、りんご	ケチャップ、中濃ソース 酢、しょう油 コンソメ、塩
26	火	きつねうどん 鯖の味噌焼き ひじきサラダ りんご	さつまいもの炊き込みごはん 牛乳	うどん、さとう、油 米、さつまいも	油揚げ、さわら みそ、鶏ささみ 豚ひき肉 牛乳	にんじん、ねぎ、ほうれん草 しょうが、ひじき、だいこん きゅうり、りんご	しょう油、出汁、みりん 塩、料理酒、酢
27	水	ごはん レバーの芝麻揚げ マカロニサラダ とろみスープ(豆腐・ねぎ) りんご	フルーツヨーグルト和え 牛乳	米、ごま油 片栗粉、油、ごま さとう、マカロニ エッグケアマヨネーズ	豚レバー 絹ごし豆腐 プレーンヨーグルト スキムミルク 牛乳	にんにく、しょうが きゅうり、にんじん、ねぎ りんご みかん缶、白桃缶	料理酒、しょう油 出汁、塩 中華だし
28	木	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 五目煮豆 清汁(小松菜・油揚げ) りんご	ラーメン 牛乳	米、さとう マーマレードジャム 中華麺	鶏もも肉 大豆、油揚げ 牛乳	にんじん、昆布、だいこん ごぼう、こまつな りんご わかめ、ねぎ、コーン	しょう油、みりん 出汁、塩 中華だし
29	金	ジャムパン ミートローフ さつまいもサラダ ミルクスープ(キャベツ・人参) 清見オレンジ	中華あんかけごはん 牛乳	食パン、いちごジャム 油、パン粉 さつまいも、片栗粉 エッグケアマヨネーズ 米、ごま油	豚ひき肉 鶏ひき肉 スキムミルク、豚こま肉 サラダチーズ 牛乳	たまねぎ、きゅうり、にんじん キャベツ、パセリ缶 清見オレンジ 白菜	塩、ケチャップ 中濃ソース コンソメ、しょう油 中華だし
30	土	ごはん 肉じゃが きゅうりのツナ和え 味噌汁(麩・ねぎ) 清見オレンジ	高野豆腐のかりんとう 牛乳	米、じゃがいも 油、さとう、ごま 麩、小麦粉 黒砂糖	豚こま肉 ツナフレーク、みそ 高野豆腐 牛乳	たまねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、わかめ、ねぎ 清見オレンジ	出汁、料理酒 みりん、しょう油、酢
31	日						

