

日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 土	お弁当	お茶 おやつ			
3 月	ちらし寿司 花麩のすまし汁 鶏肉の照り焼き ひなまつり桃の花三色ゼリー	カルピス 桜もち風蒸しパン *完了期:米粉蒸しパン	凍り豆腐・でんぶ・鶏肉・こしあん 	米・砂糖・花麩・ひなまつり桃の花三色ゼリー・米粉・油	にんじん・しいたけ・コーン・グリーンピース・だいこん・はくさい・こまつな・しょうが・いちごジャム・ほうれんそう
4 火	ごはん 野菜スープ 豚肉のケチャップソテー キャベツのマリネ	牛乳(午後) 野菜カステラ	ぶた肉・牛乳	米・砂糖・油・カステラ	かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・もやし・青ピーマン・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・赤パプリカ・レモン果汁
5 水	ごはん 豆乳味噌汁 鮭の塩こうじ焼き 大豆とひじきの煮物	牛乳(午後) じゃがバター	みそ・豆乳・さけ・大豆・油揚げ・牛乳	米・塩こうじ・赤こんにやく・油・砂糖・じゃがいも・無塩バター	キャベツ・たまねぎ・しめじ・青ねぎ・だいこん・ひじき
6 木	ごはん 大根の味噌汁 鶏肉の甘酢あんかけ 白菜のゆかり和え	牛乳(午後) いりこ大豆 *完了期:いり大豆	油揚げ・みそ・鶏肉・牛乳・煮干し・大豆	米・片栗粉・油・砂糖・しろごま	だいこん・たまねぎ・わかめ・はくさい・きゅうり・にんじん
7 金	黒糖ロールパン ミネストローネ キッシュ さつまいものサラダ	お茶 ひじきおにぎり	ベーコン・大豆・鶏卵・鶏ひき肉・チーズ・牛乳・油揚げ	黒糖ロールパン・マカロニ・油・さつまいも・マヨドレ・米・砂糖	たまねぎ・ホールトマト・トマトケチャップ・ほうれんそう・にんじん・レーズン・ひじき
8 土	お弁当	お茶 おやつ			
10 月	ごはん じゃがいものスープ 鶏肉のトマトソースかけ ピーマンサラダ	牛乳(午後) きな粉スコーン	大豆・鶏肉・ハム・牛乳・きな粉・豆乳	米・じゃがいも・オリーブ油・ピーマン・マヨドレ・ホットケーキミックス・砂糖・油	たまねぎ・にんじん・ホールトマト・にんにく・キャベツ・コーン
11 火	食パン クリームスープ 鮭のコーンマヨ焼き ひじきのサラダ	牛乳(午後) パフェ	さけ・牛乳・ツナ缶・チーズ	食パン・砂糖・じゃがいも・マヨドレ・ごま油・ホットケーキミックス・無塩バター・ホイップクリーム	キャベツ・たまねぎ・にんじん・コーン・きゅうり・ひじき・みかん缶・いちごジャム
12 水	ごはん 玉ねぎの味噌汁 鶏肉のマヨボン照り焼き じゃがいもと赤こんにやくのきんぴら	牛乳(午後) スティックパン	油揚げ・みそ・鶏肉・牛乳	米・砂糖・マヨドレ・じゃがいも・赤こんにやく・油・くろごま・スティックパン	たまねぎ・はくさい・わかめ
13 木	ごはん 小松菜のスープ タンドリーチキン ブロッコリーのサラダ	牛乳(午後) サンドクラッカー	鶏肉・ヨーグルト・牛乳	米・じゃがいも・クラッカー	こまつな・たまねぎ・にんにく・しょうが・トマトケチャップ・ブロッコリー・コーン・にんじん・いちごジャム
14 金	親子丼 白菜のすまし汁 千草和え	牛乳(午後) たい焼き *完了期:ウエハース	鶏肉・鶏卵・かまぼこ・ハム・牛乳 	米・砂糖・ごま油・たい焼き	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・はくさい・しいたけ・ほうれんそう・もやし・えのきたけ
15 土	お弁当	お茶 おやつ			
17 月	ごはん ロク羅斯ープ ロモサルタード セビッチェ	牛乳(午後) ココアバナナマフィン	ウインナー・大豆・牛乳・牛肉・かにかまぼこ・鶏卵・豆乳	米・じゃがいも・油・砂糖・ホットケーキミックス	かぼちゃ・たまねぎ・コーン・赤パプリカ・にんにく・キャベツ・トマト・きゅうり・レモン果汁・バナナ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

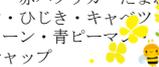
未満児	エネルギー	蛋白質	脂 肪	以上児	エネルギー	蛋白質	脂 肪
	477 Kcal	21.8 g	17.1 g		570 Kcal	25.6 g	18.4 g

☆献立を変更する場合がございます。

☆食肉製品・かまぼこ・ちくわ・中華麺・ロールパン・食パン・マヨネーズ・ごまドレ・生クリーム・てんぷら粉は卵不使用品を取り入れています。

☆未満児・完了期午前おやつ: (月)牛乳,ビスケット (火)牛乳,ビスコ (水)牛乳,せんべい (木)牛乳,クラッカー (金)牛乳,ウエハース (土)牛乳,せんべい

☆離乳食完了期の牛乳は喫食状況により提供します。 ☆離乳食完了期のりんご・梨・柿はコンポートにして提供します。 ☆下線は市販菓子です。

日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18 火	ごはん ウインナーと野菜のスープ 鶏のから揚げ ツナボンサラダ	お茶 チーズケーキ	ウインナー・鶏肉・ツナ缶・ クリームチーズ・生クリー ム・牛乳・鶏卵	米・さつまいも・片栗粉・油・ 砂糖・薄力粉	こまつな・コーン・しょうが・にん じく・ブロッコリー・にんじん
19 水	味噌ラーメン チンゲン菜の炒め物 バナナ	お茶 ぼたもち *完了期: きな粉おにぎり	ぶた肉・みそ・生揚げ・つぶ あん・きな粉	中華めん・ごま油・米・砂糖	コーン・もやし・にんじん・キャベ ツ・青ねぎ・チンゲンサイ・たまね ぎ・しめじ・しょうが・バナナ
20 木	春分の日				
21 金	ごはん 大根のスープ チャップチェ ひじきのツナ和え	牛乳(午後) 餃子ピザ	ぶた肉・ツナ缶・牛乳・ハ ム・チーズ	米・はるさめ・砂糖・しろご ま・マヨドレ・ぎょうざの皮	だいこん・にんじん・わかめ・に ら・赤パプリカ・たまねぎ・しいた け・ひじき・キャベツ・きゅうり・ コーン・青ピーマン・トマトケ チャップ 
22 土	お弁当	お茶 おやつ			
24 月	チキンカレー 切干大根のサラダ りんご	牛乳(午後) ふかしもち	鶏肉・大豆・牛乳	米・じゃがいも・油・マヨド レ・さつまいも	にんじん・たまねぎ・切干しだいこ ん・ひじき・きゅうり・りんご
25 火	ごはん かぶの味噌汁 豚の生姜焼き 小松菜のおかか和え	牛乳(午後) きな粉パン	生揚げ・みそ・ぶた肉・かつ お節・牛乳・きな粉	米・砂糖・ミネラルロール・油	かぶ・にんじん・わかめ・たまね ぎ・しょうが・こまつな・もやし
26 水	ロールパン かぼちゃの豆乳スープ 鶏肉のチーズ焼き マカロニサラダ	お茶 フルーツヨーグルト	豆乳・鶏肉・チーズ・ハム・ ヨーグルト	ロールパン・マカロニ・マヨド レ・砂糖	かぼちゃ・たまねぎ・ほうれんそ う・ブロッコリー・にんじん・いち ご・バナナ・黄桃缶・パイナップ
27 木	ごはん にゅうめん汁 さわらの西京焼 れんこんのそぼろ煮	牛乳(午後) 肉まん風蒸しパン	さわら・甘みそ・鶏ひき肉・ 牛乳・ぶたひき肉	米・そうめん・砂糖・赤こ んにやく・ホットケーキミク ス・油・片栗粉	しいたけ・にんじん・たまねぎ・ しょうが・れんこん・だいこん
28 金	ビビンバ丼 白菜のスープ ひじきと春雨のサラダ	牛乳(午後) ブルーベリークレープ *完了期: ビスケット	ぶたひき肉・牛乳	米・砂糖・ごま油・はるさめ・ フレンジークレープ (卵乳小麦不 使用)	にんにく・しょうが・ほうれんそ う・にんじん・もやし・はくさい・ たまねぎ・コーン・ひじき・キャベ ツ
29 土	お弁当	お茶 おやつ			
31 月	お弁当	お茶 おやつ			

給食だより

早いもので今年度最後の月となり、いよいよ卒園、進級の時期がやってきました。  
この時期になると体も心も大きく成長した子どもたちの姿を見ることができ、給食室にいる私たちも大変嬉しくなります。  
園の給食は、これからも安全で美味しく手作りを心がけ、多くの献立を通して給食が子どもたちの成長のお手伝いになればと思います。

〈ひなまつり・春のお彼岸〉

ちらし寿司は、見た目の華やかさからひなまつりの定番メニューとなっています。  
縁起の良い食材をふんだんに使うことで、将来の健康と幸福を願います。  
春のお彼岸に食べられているぼたもちの由来は、その時期に咲く牡丹の花から「牡丹餅」だと言われています。秋のお彼岸に食べられるおはぎとは、呼び名が違いますが同じものです。

〈3月11日 リクエスト献立〉

3月11日は卒園される5歳児さんのリクエスト献立です。

〈3月17日 食育の日 ベルーの料理〉

沢山の移民が暮らすペルーの料理はバラエティ豊かです。  
ロクロはアンデス山脈地域の郷土料理で、ペルーのロクロはかぼちゃやトウモロコシ、豆などを煮込んだシチューです。  
ロモサルタードはペルーの伝統的な料理の1つで、スペイン語で「ロモ」は牛肉、「サルタード」は炒めという意味です。  
中華風の調理法でアジア系調味料を使うので、日本人に馴染み深い味付けです。  
セビツェはペルーやメキシコなどの中南米でよく食べられている魚介のマリネです。給食ではカニカマを使ってアレンジします。  
ペルーの国土の60%は熱帯林で、ココアの原料であるカカオ豆の生産が盛んです。



日 曜	昼食	おやつ		赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他:調味料等
		午前	午後				
1 土	お弁当	ハイハイン	おやつ		ハイハイン		
3 月	軟飯 人参のスープ 大根のそぼろ煮 白菜と小松菜のやわらか煮	ビスケット	米粉蒸しパン	鶏ひき肉	ビスケット・米・米粉・砂糖・油	にんじん・だいこん・はくさい・こまつな	かつお・こんぶだし・ベーキングパウダー
4 火	軟飯 玉ねぎのスープ かぼちゃとささみの煮物 人参きゅうりスティック	ウエハース	ビスケット	若鶏ささ身	ウエハース・米・ビスケット	たまねぎ・かぼちゃ・にんじん・きゅうり	かつお・こんぶだし
5 水	軟飯 キャベツのスープ 煮魚(鮭) 大根の煮物	ハイハイン	蒸しじゃがいも	さけ	ハイハイン・米・じゃがいも	キャベツ・たまねぎ・だいこん	かつお・こんぶだし
6 木	軟飯 白菜のスープ ひき肉と大根の煮物 人参きゅうりスティック	ビスケット	ハイハイン	鶏ひき肉	ビスケット・米・ハイハイン	はくさい・だいこん・きゅうり・にんじん	かつお・こんぶだし
7 金	ロールパン さつまいものスープ ささみと玉ねぎの煮物 人参スティック	ウエハース	おにぎり(軟飯)	若鶏ささ身	ウエハース・ロールパン・さつまいも・米	たまねぎ・にんじん	かつお・こんぶだし
8 土	お弁当	ハイハイン	おやつ		ハイハイン		
10 月	軟飯 キャベツのスープ 玉ねぎと人参のそぼろ煮 じゃがいもの旨煮	ビスケット	きな粉パンケーキ	鶏ひき肉・きな粉・豆乳	ビスケット・米・じゃがいも・ホットケーキミックス・砂糖・油	キャベツ・にんじん・たまねぎ	かつお・こんぶだし
11 火	食パン 玉ねぎのスープ 煮魚(さけ) 人参とキャベツの煮物	ウエハース	プレーンパンケーキ	さけ・牛乳	ウエハース・食パン・ホットケーキミックス・砂糖・油	たまねぎ・にんじん・キャベツ	かつお・こんぶだし
12 水	軟飯 白菜のスープ ささみと玉ねぎの煮物 蒸しじゃがいも	ハイハイン	ビスケット	若鶏ささ身	ハイハイン・米・じゃがいも・ビスケット	はくさい・たまねぎ	かつお・こんぶだし
13 木	軟飯 ブロッコリーのスープ じゃがいもとささみの煮物 小松菜と人参のやわらか煮	ウエハース	ビスケット	若鶏ささ身	ウエハース・米・じゃがいも・ビスケット	ブロッコリー・たまねぎ・こまつな・にんじん	かつお・こんぶだし・ベーキングパウダー
14 金	鶏そぼろ丼(軟飯) 白菜のスープ ほうれん草と玉ねぎの煮物	ウエハース	ビスケット	鶏ひき肉	ウエハース・米・片栗粉・ビスケット	にんじん・はくさい・ほうれん草・たまねぎ	かつお・こんぶだし
15 土	お弁当	ハイハイン	おやつ		ハイハイン		
17 月	軟飯 かぼちゃのスープ じゃがいものそぼろ煮 キャベツとトマトの煮物	ビスケット	バナナ蒸しパン	鶏ひき肉・豆乳	ビスケット・米・じゃがいも・ホットケーキミックス・砂糖・油	かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ・トマト・バナナ	かつお・こんぶだし
18 火	軟飯 小松菜のスープ さつまいものそぼろ煮 ブロッコリーと人参の煮物	ウエハース	ビスケット	鶏ひき肉	ウエハース・米・さつまいも・ビスケット	こまつな・ブロッコリー・にんじん	かつお・こんぶだし
19 水	煮込みうどん チンゲン菜と玉ねぎの煮物 バナナ	ハイハイン	きな粉おにぎり	鶏ひき肉・きな粉	ハイハイン・ゆでうどん・米・砂糖	にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ・バナナ	かつお・こんぶだし
20 木	春分の日						
21 金	軟飯 大根のスープ 人参とささみの煮物 キャベツのやわらか煮	ハイハイン	ビスケット	若鶏ささ身	ハイハイン・米・ビスケット	だいこん・にんじん・キャベツ・たまねぎ	かつお・こんぶだし
22 土	お弁当	ハイハイン	おやつ		ハイハイン		
24 月	鶏ひき肉のあんかけ丼(軟飯) じゃがいものスープ きゅうりスティック	ビスケット	蒸しさつまいも	鶏ひき肉	ビスケット・米・片栗粉・じゃがいも・さつまいも	にんじん・たまねぎ・きゅうり	かつお・こんぶだし
25 火	軟飯 かぶのスープ ささみと玉ねぎの煮物 人参の煮物	ウエハース	ロールパン	若鶏ささ身	ウエハース・米・ロールパン	かぶ・たまねぎ・にんじん・こまつな	かつお・こんぶだし
26 水	ロールパン ほうれん草のスープ ブロッコリーとささみの煮物 蒸しかぼちゃ	ハイハイン	バナナ	若鶏ささ身	ハイハイン・ロールパン	ほうれん草・たまねぎ・ブロッコリー・かぼちゃ・バナナ	かつお・こんぶだし
27 木	軟飯 人参のスープ 煮魚(たら) 大根のやわらか煮	ビスケット	プレーン蒸しパン	たら・豆乳	ビスケット・米・ホットケーキミックス・砂糖・油	にんじん・たまねぎ・だいこん	かつお・こんぶだし
28 金	鶏そぼろ丼(軟飯) キャベツのスープ 白菜と玉ねぎのやわらか煮	ウエハース	ビスケット	鶏ひき肉	ウエハース・米・ビスケット	にんじん・キャベツ・はくさい・たまねぎ	かつお・こんぶだし
29 土	お弁当	ハイハイン	おやつ		ハイハイン		
31 月	お弁当	ハイハイン	おやつ		ハイハイン		

☆献立を変更する場合がございます。

☆上記は後期食の献立です。おやつは後期食から提供いたします。

☆離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えさせていただきます。

☆中期食の主食は、軟飯⇒おかゆ、ロールパン・食パン⇒パン粥(食パン)になります。