

日	曜日	献立	おやつ	赤の仲間	緑の仲間	黄の仲間
				体をつくる	体の調子を整える	熱や力のもと
1 15	月	高野豆腐の卵とじ 青菜の胡麻和え あさり和小魚の佃煮	牛乳 スイートポテト	牛乳、鶏肉、高野豆腐 卵、ちくわ、あさり、しらす スキムミルク	玉葱、人参、椎茸、インゲン キャベツ、わかめ、きゅうり 青菜	じゃが芋、さつまいも、 砂糖、油、マーガリン、ごま
2 16	火	マーボー丼 大根のナムル じゃが芋の煮物	牛乳 バナナケーキ	牛乳、豚肉、ウインナー、卵 味噌	人参、玉葱、椎茸、ニラ 生姜、大根、青菜 ピーマン、ばなな	小麦粉、じゃが芋、油 砂糖、ごま油、マーガリン
3	水	もも色寿司 黄ニラの味噌汁 二色和え	牛乳 ひなまつり ゼリー	牛乳、鮭、卵、ちくわ ちりめん、鰹節 油揚げ、豆腐	人参、きぬさや、大根 筍、椎茸、青菜、白菜	砂糖、油 ゼリー、マヨネーズ
17	水	関東煮 ほうれん草の白和え ししゃものみりん干し	牛乳 レコンチッパス チーズ	牛乳、豚肉、竹輪、厚揚げ 豆腐、味噌、ししゃも ちりめん	人参、大根、れんこん コンニャク、インゲン、青菜、	油、ごま 里芋
4 18	木	鶏肉とじゃが芋のケチャップ味 切り干し大根のゴマサラダ パイン缶	牛乳 お好み焼き	牛乳、鶏肉、ちくわ、卵 鰹節	玉葱、筍、ピーマン、しめじ 切り干し大根、ひじき 人参、胡瓜、キャベツ、果物	じゃがいも、山芋、片栗粉 油、小麦粉
5 19	金	呉汁 和え物 いかの照り煮	牛乳 お菓子 昆布	牛乳、大豆、鶏肉、油揚げ 味噌、いか、鰹節	白菜、青菜、人参 大根、シメジ、ネギ、昆布	里芋、お菓子、砂糖
6 20	土	田舎うどん 果物	牛乳 おにぎり	牛乳、鶏肉、油揚げ ちくわ	白菜、シメジ、人参 コンニャク、葱	さつまいも、片栗粉 ごま油、干しうどん
8	月	魚の照り焼き さつまいもの昆布煮 酢の物	牛乳 ピザトースト	牛乳、魚、しらす、油揚げ チーズ、ベーコン	大根、キャベツ、人参、 セロリ、リンゴ、昆布 玉葱、ピーマン	さつまいも、砂糖、食パン
9 23	火	手作りがんもどき 菜の花和え 煮豆、ゆかりご飯	牛乳 さわやか 蒸しパン	牛乳、えび、豆腐、卵 スキムミルク、鰹節	人参、ごぼう、ひじき、 インゲン、青菜、コーン、ミソ缶 もやし、昆布、菜の花	片栗粉、油、金時豆 小麦粉、マーガリン カルピス
10 24	水	ポトフ 焼きししゃものマリネ ひじきご飯	牛乳 豆わか おにぎり	牛乳、ししゃも、ベーコン ウインナー、油揚げ 大豆	玉葱、ピーマン、人参 キャベツ、ブロッコリー、大根 ひじき、インゲン、わかめ	じゃがいも 砂糖、油
11	木	サンドイッチ 鶏肉のから揚げ 野菜サラダ、ミルクスープ	牛乳 豆腐入り 甘辛団子	牛乳、鶏肉、豆腐、卵、ハム ツナ缶、ベーコン	きゅうり、トマト、レタス キャベツ、コーン 玉葱、人参、パセリ	じゃがいも、片栗粉、油 マヨネーズ、砂糖 食パン、白玉粉
25	木	豚汁 青菜の納豆和え 花野菜のオーロラソース和え	牛乳 ジャムサンド	牛乳、豚肉、油揚げ、豆腐 竹輪、納豆、鰹節、シラス 味噌	人参、大根、青菜、ゴボウ、 コンニャク、葱、白菜 カリフラワー、ブロッコリー	ごま、油、さつまいも マヨネーズ ジャム、食パン
12 26	金	ほうれん草のカレーライス 福神漬け ミモザサラダ	牛乳 お菓子 小魚	牛乳、鶏肉、卵、ベーコン 小魚	玉葱、人参、インゲン、 キャベツ、きゅうり、青菜 コーン、トマト、福神漬け	じゃが芋、油 カレールー フレンチサラダ
13 27	土	親子丼 果物	牛乳 お菓子	牛乳、卵、ちくわ、鶏肉 油揚げ	玉葱、人参、椎茸、青菜 果物	お菓子、砂糖
29	月	中華風卵焼き 炒めビーフン 粉ふきいも	牛乳 麩のラスク	牛乳、かにかま、卵 豚肉、きなこ	人参、筍、キクラゲ、ニラ キャベツ、玉葱、椎茸 ピーマン	じゃがいも、片栗粉 ごま油、ピーン マーガリン、麩
30	火	さんまの蒲焼き丼 野菜と昆布の含め煮 きゅうりと人参の塩もみ	牛乳 焼きそば	牛乳、さんま チーズ、ベーコン	人参、大根、青菜、昆布 キャベツ、玉葱、ネギ きゅうり、人参	里芋、片栗粉 砂糖、油、中華そば
31	水	肉じゃが キャベツのゴマ酢和え 揚げ大豆の甘辛煮	牛乳 クッキー チーズ	牛乳、牛肉、ちりめん ちくわ、卵、チーズ	人参、コンニャク、玉葱 インゲン、椎茸、キャベツ きゅうり、大根	じゃがいも、油、砂糖 片栗粉、小麦粉 ゴマ、ごま油

三歳未満児には、10時のおやつがあります。
3日のおやつ「ひなまつりゼリー」は、保護者会費よりいただきます。