



日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	主な食材料	延長保育 補食
15	月	やさしいジュース	きびごはん とんじる さわらのうめやき	ひじきのいために みかんかん	ココアトースト ぎゅうにゅう	こめ きび ぶたにく あぶら ごぼう だいこん じゃがいも とうふ ごんやく ねぎ みそ さわら さけ しょうゆ ねりうめ さとう みりん ひじき にんじん いんげん あぶらあげ みかんかん しょうパン ココア パター きゅうにゅう	ビスケット むぎぢゃ
16	火	せんべい むぎぢゃ	ごはん サンラータン とりにくのリンゴソース	かいそうサラダ はくとうかん	きびだんご ぎゅうにゅう	こめ とうふ にんじん ポークハム あぶら ねぎ しょうゆ ちんげんさい す しお さけ こまあぶら ガラ とりにく こしょう りんごピューレ みりん さとう かいそうミックス こまつな もやし きゃべつ はくとうかん きび きなこ わふうドレッシング ぎゅうにゅう	プリン
3	水	はっこうにゅう	ごもくすし あらははんべんのすましじる ぶりのてりやき	ごまポテト ひなまつりゼリー	カステラ ひなあられ ぎゅうにゅう	こめ す しお さとう しいたけ あぶらあげ さけ れんこん にんじん しょうゆ きぬさや きざみのり わかめ はんぺん とうふ えのき ぶり みりん あぶら じゃがいも こしょう こま ひなまつりゼリー カステラ きゅうにゅう ひなあられ	コーンピラフ むぎぢゃ
4	木	ビスケット むぎぢゃ	かぼちゃしゃよくパン かぶのクリームスープ チキンのハーブやき	シルバーサラダ りんごかん	ゆかりおにぎり むぎぢゃ	かぼちゃパン たまねぎ かぶ ポークハム マッシュルーム バター あぶら こむぎこ きゅうにゅう なまクリーム しお こしょう ガラ とりにく にんにく レモンかじゅう パセリ オリーブオイル はるさめ パプリカ にんじん きゃべつ ホールコーン フレンチドレッシング りんごかん ゆかり のり むぎぢゃ	せんべい むぎぢゃ
5	金	ビスケット むぎぢゃ	うめちりめんごはん はくさいとなまあげのみそじる カジキのこうみやき	コンニャクのきんぴらに おうとうかん	クロワッサン ぎゅうにゅう	こめ うめちりめん はくさい なまあげ ねぎ みそ かじき しょうゆ みりん しょうが パセリ こま あぶら だいこん にんじん あぶらあげ いんげん いとこんにやく さとう こまあぶら おうとうかん クロワッサン きゅうにゅう	ビスケット むぎぢゃ
6	土	かし むぎぢゃ	きのこスパゲティ はくさいスープ ようなしかん		メロンパン ぎゅうにゅう	スパゲティ ツナ たまねぎ にんじん えのき しめじ しいたけ しょうゆ しお こしょう パセリ あぶら はくさい とりにく こまつな ガラ ようなしかん メロンパン きゅうにゅう	ゼリー むぎぢゃ
8	月	ビスケット むぎぢゃ	むぎごはん きりほしだいこんのみそじる とりにくのあまからに	キャベツのしおこんぶあえ はくとうかん	8日：ジャコトースト ぎゅうにゅう 22日：ぼたもち むぎぢゃ	こめ むぎ きりほしだいこん あぶらあげ ほうれんそう みそ フロッキー しお とりにく しょうが あぶら さとう みりん しょうゆ きゃべつ いんげん にんじん しおこんぶ こま はくとうかん しょうパン ちりめんじゃこ マヨネーズ あおのり ぎゅうにゅう 22日もちこめ あずき むぎぢゃ	せんべい いちごとうにゅう
9	火	せんべい ぶどうジュース	みそラーメン カジキのコーンマヨやき きよみオレンジ		こぎつねおにぎり むぎぢゃ	ラーメン ぶたにく もやし きゃべつ にんじん ねぎ にんにく しょうが あぶら あかみそ しお しょうゆ こまあぶら ガラ かじき こしょう ホールコーン たまねぎ マヨネーズ す パセリ きよみオレンジ こめ あぶらあげ さとう みりん こま とり むぎぢゃ	ヨーグルト
10	水	りんごジュース	ごはん こまつなのスープ ぶたにくのブルコギふう	だいこんのおかかサラダ ようなしかん	クリームパン ぎゅうにゅう	こめ こまつな えのき ねぎ とりにく あぶら しお こしょう しょうゆ ガラ ぶたにく パプリカ たまねぎ なら にんにく しょうが さけ さとう こまあぶら だいこん きゃべつ にんじん しいたけ しょうゆ わふうドレッシング クリームパン きゅうにゅう	あげパン むぎぢゃ
11	木	ビスケット むぎぢゃ	バターロール はくさいのとうにゅうスープ とりにくのピザやき	コーンサラダ ヨーグルト	しらすそうすい むぎぢゃ	バターロール はくさい しめじ ショルダーベーコン あぶら とうにゅう しお こしょう でんぷん ガラ とりにく たまねぎ ヒーマン マッシュルーム トマトケチャップ トマトピューレ こなチーズ きゃべつ ホールコーン パプリカ ヨーグルト フレンチドレッシング こめ にんじん だいこん ねぎ しらす ほうれんそう しょうゆ さけ むぎぢゃ	せんべい むぎぢゃ
12	金	ビスケット むぎぢゃ	チキンストロガノフライス わかめスープ ジャーマンサラダ	りんごかん	12日：ぶどうパン ぎゅうにゅう 24日：チャプチェ むぎぢゃ	こめ むぎ とりにく たまねぎ にんにく しょうが マッシュルーム あぶら こなチーズ しお こしょう パプリカ トマトケチャップ トマトピューレ グリルビーフ ガラ わかめ にんじん はくさい しょうゆ こま じゃがいも パプリカ ちゅうかドレッシング フロッキー りんごかん 12日：ぶどうパン きゅうにゅう 24日：はるさめ ぶたにく しいたけ なかねぎ ちんげんさい さとう こまあぶら むぎぢゃ	12日：ビスケット むぎぢゃ 24日：かやくごはん むぎぢゃ
13	土	かし むぎぢゃ	すきやきどん きのこじる なつみかんかん		ツナパン ぎゅうにゅう	こめ ぶたにく はくさい とうふ にんじん しらす しょうゆ さとう さけ だいこん しめじ えのき あぶらあげ こまつな ねぎ みそ なつみかんかん ツナパン きゅうにゅう	ゼリー むぎぢゃ
17	水	はっこうにゅう	いりこなめしごはん とろろこんぶじる さけのてりやき	じゃがいもとツナのもの なつみかんかん	17日：しるビーフン あじつけこざかな 29日：ハーゲンダッツ	こめ いりこなめし とろろこんぶ にんじん だいこん ねぎ しょうゆ しお さけ さけ みりん あぶら じゃがいも たまねぎ いんげん ツナ さとう なつみかんかん 17日：ビーフン ぶたにく もやし なら こしょう ガラ あじつけこざかな 29日：ハーゲンダッツ	17日：さつまいもケーキ ぎゅうにゅう 29日：ビスケット むぎぢゃ
18	木	せんべい むぎぢゃ	わかめごはん ABCスープ とりのたつたあげ	★あかクラス リクエスト こんだて もやしのナムル とうにゅうブッチンプリン	とうふブラウニー りんごジュース	ごはん たきこみわかめ マカロニ きゃべつ たまねぎ ガラ にんじん ショルダーベーコン しお こしょう とりにく しょうが さけ にんにく しょうゆ でんぷん あぶら ほうれんそう もやし パプリカ ちゅうかドレッシング とうにゅうプリン ホットケーキミックス ココア とうふ とうにゅう パター ホイップ りんごジュース	フルーツミックス ヨーグルト
26	金	ビスケット むぎぢゃ	ごはん えのきとぶのすましじる さかなのみそやき	なまあげのいためもの みかんかん	ぶどうパン ぎゅうにゅう	こめ わかめ はるさめ ほうれんそう えのき しお しょうゆ からすかれい みそ さとう しょうが あぶら ぶたにく なまあげ たけのこ にんじん いんげん たまねぎ にんにく さけ こまあぶら でんぷん みかんかん ぶどうパン きゅうにゅう	せんべい やさしいジュース
27	土	かし むぎぢゃ	カレーうどん ツナポテト りんごかん		コーンロールパン ぎゅうにゅう	うどん とりにく かまぼこ こまつな にんじん たまねぎ カレーこ しょうゆ しお みりん でんぷん じゃがいも ツナ あぶら こしょう りんごかん コーンロールパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎぢゃ

\*材料の都合で、献立を変更することがあります。

≪3歳以上児≫			
	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	590Kcal	22.2g	16.4g
園の目標値	570Kcal	23.0g	16.0g
≪3歳未満児≫			
	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	543Kcal	20.0g	15.2g
園の目標値	530Kcal	21.0g	14.0g



★ぼたもちを作ります～春分の日

小豆は邪気を払うといわれ食べられてきました。

・春の花の牡丹にちなんで【ぼたもち】

秋は萩の花にちなんで【おぼぎ】

と呼ばれています。

ひなあられ  
赤は桃の花の色で「魔除け」、白は雪で「清らかさ」、緑は大地で「健康」という、それぞれの願いを表しています。



うしお汁

はまぐりの貝がらは、同じ貝としかびったり合わないことから、「よいパートナーに恵まれて幸せになるように」と願います



ちらしずし

女の子のお祭りにぴったりな華やかな料理です。縁起のよいたくさんのお食べ物を使うことで、将来の健康と幸せを願います。

あかさん、そつえんおめでとうございます★