



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	火	のむヨーグルト	ゆかりごはん くだくさんみそしる にくじゃが	ごまあえ ペにマドンナ	ホットケーキ ぎゅうにゅう	こめ ゆかり にんじん だいこん なす なのはな ねぎ あぶらあげ みそ じゃがいも たまねぎ さとう ぶたにく しょうゆ いんげん もやし ほうれんそう えのきだけ ねりごま ペにマドンナ たまご ホットケーキミックス きゅうにゅう パター あぶら ぎゅうにゅう	せんべい むぎぢゃ
23	水	ビスケット むぎぢゃ	にんじんパン かぶのクリームスープ とりにくのトマトに	シルバーサラダ おとうかかん	きりたんぼじる	にんじんゆ たまねぎ かぶ ポークハム マッシュルーム パター あぶら こむぎ きゅうにゅう なまくりー しお こしょう ガラ ほうれんそう じゃがいも じゃがいも トマトケチャップ トマトピューレ 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 おとうかかん きりたんぼ こぼろ はくさい あぶらあげ ねぎ さけ しょうゆ	2日：ヨーグルト 31日：ポテトもち むぎぢゃ
3	木	せんべい むぎぢゃ	ごもくすし あらははんべんすましじる ぶりのてりやき	にびたし ひなまつりゼリー	カステラ ひなあられ カルピス	こめ しお さとう しいたけ あぶらあげ れんこん す にんじん しょうゆ さけ きぬさや のり わかめ はんぺん とうふ えのきだけ ぶり みりん あぶら なまあげ こまつな はくさい ひなまつりゼリー カステラ ひなあられ カルピス	ハムピラフ むぎぢゃ
4	金	ぶどうジュース	ミートソース きゃべつとまいだけスープ	ブロッコリーサラダ にゅうさんきんいりょう	クリームパン ぎゅうにゅう	スパゲティ オリーブオイル あぶら ぶたにく にんじん たまねぎ にんにく トマトピューレ パター こむぎ トマトケチャップ ホールトマト スターソース とりにく きゃべつ まいだけ しお しょうゆ こしょう ハブリカ ガラ ブロッコリー フレンチドレッシング クリームパン にゅうさんきんいりょう きゅうにゅう	せんべい むぎぢゃ
5	土	かし むぎぢゃ	すきやきどん きのこじる	はくとうかかん	ポテトパン ぎゅうにゅう	こめ ぶたにく はくさい やきとうふ にんじん しいたけ しらすたき しょうゆ さとう さけ にんじん だいこん しめじ えのきだけ とうふ こまつな ねぎ みそ はくとうかかん ポテトパン きゅうにゅう	ゼリー むぎぢゃ
7	月	ビスケット むぎぢゃ	ちりめんごはん とうふとほうれんそうのみそしる さかなのオイネーズやき	きりこんぶいために みかんかん	ココアトースト ぎゅうにゅう	こめ ちりめんじゃこ しょうゆ こまつな たまねぎ ほうれんそう みそ メルルーサ あぶら さけ しお こしょう マヨネーズ オイスターソース パセリ きりこんぶ にんじん ささかまほこ さとう きぬさや みかんかん しょうパン ココア パター きゅうにゅう	とうにゅう プッチンプリン
8	火	せんべい むぎぢゃ	バターロール ミネストローネスープ カジキのコーンマヨやき	かいそうマリネ りんご	ゆうやけおにぎり むぎぢゃ	バターロール マカロニ きゃべつ たまねぎ にんじん ウインナー オリーブオイル トマトケチャップ ホールトマト さとう しお こしょう ガラ かしき あぶら ホールコーン マヨネーズ す パセリ かいそうミックス もやし りんご かんまつドレッシング こめ ちりめんじゃこ みりん しょうゆ のり むぎぢゃ	ビスケット むぎぢゃ
9	水	やさいジュース	ハヤシライス ちんげんさいのスープ	なのはなサラダ おとうかかん	チャプチェ むぎぢゃ	こめ むぎ ぶたにく たまねぎ にんにく しょうが マッシュルーム にんじん あぶら しお こしょう いんげん ハヤシルー ガラ ちんげんさい ショルダーベーコン きくらげ しょうゆ はくさい なのはな ホールコーン パプリカ フレンチドレッシング おとうかかん はるさめ しいたけ ねぎ さとう こまあぶら むぎぢゃ	ゼリー にゅうさんきん いりょう
10	木	りんごジュース	ごはん サンラータン ミートボールのケチャップあん	じゃがいもソテー きよみオレンジ	フルーツかんでん とうかクッキー	こめ とうふ にんじん ポークハム あぶら ちんげんさい ねぎ きくらげ す しょうゆ しお さけ こまあぶら ガラ ミートボール さけ さとう トマトケチャップ ちゅうのソース たんぽん じゃがいも ショルダーベーコン レーズン こしょう きよみオレンジ かんでんかん みかんかん おとうかかん とうかクッキー	さつまいもと ココアのケーキ ぎゅうにゅう
11	金	ビスケット むぎぢゃ	いりこなめしごはん こじる わふうミートローフ	のりあえ はくとうかかん	チョコぼうパン ぎゅうにゅう	こめ いりこなめし だいこん にんじん とうふ ねぎ わかめ みそ とうにゅう ぶたにく たまねぎ おから パプリカ ひじき でんぷん しょうゆ さとう しお こしょう あぶら みりん のり はくとうかかん ちよこぼうパン きゅうにゅう	せんべい むぎぢゃ
12	土	かし むぎぢゃ	しょうゆラーメン なまあげそばろに	ようなしかん	ウインナーパン ぎゅうにゅう	ラーメン あぶら やきぶた ちんげんさい きゃべつ もやし にんじん にら しお しょうゆ こまあぶら ねぎ ガラ なまあげ ぶたにく いんげん さとう さけ でんぷん ようなしかん ウインナーパン ぎゅうにゅう	ゼリー むぎぢゃ
14	月	ビスケット むぎぢゃ	ごはん けんちんじる さけのてりやき	こうやとうふと にんじんのにも りんごヨーグルト	ごもくそうすい むぎぢゃ	こめ こんやく とりにく にんじん だいこん こぼろ なまあげ ねぎ あぶら しょうゆ しお さけ しょうが さけ みりん いんげん こうやとうふ さとう りんごヨーグルト しらす ほうれんそう	ミルクプリン
16	水	ビスケット むぎぢゃ	チキンライス はるさめスープ	ちゅうかふうサラダ ようなしかん	16日：ぼたもち むぎぢゃ 30日：ジャムコッパ ぎゅうにゅう	こめ パター とりにく たまねぎ にんじん いんげん しめじ ホールコーン トマトケチャップ しお こしょう はるさめ ほうれんそう しいたけ ポークハム しょうゆ さけ ガラ たけのこ じゃがいも トマトピューレ しょうゆ 16日：もちぎめ あぶら さとう むぎぢゃ 30日：コッパパン いちごジャム きゅうにゅう	ヨーグルト
17	木	せんべい むぎぢゃ	わかめごはん ABCスープ からあげ	★あかクラス リクエスト こんだて かいそうサラダ ストロベリームース	ココアブラウニー なまクリームぞえ りんごジュース	こめ たきこみわかめ マカロニ きゃべつ たまねぎ にんじん ショルダーベーコン しお こしょう ガラ とりにく しょうが さけ しょうゆ しいたけ ポークハム しょうゆ はるさめ たけのこ わふうドレッシング ストロベリームース ホットケーキミックス ココア とうふ とうにゅう さとう バター ホイップクリーム りんごジュース	ハムピラフ むぎぢゃ
19	土	かし むぎぢゃ	ちゅうかどん えのきともやしのスープ	おとうかかん	ツナパン ぎゅうにゅう	こめ ぶたにく にんじん はくさい たまねぎ ビーマン きくらげ あぶら にんにく しお しょうゆ でんぷん こまあぶら オイスターソース えのきだけ もやし ショルダーベーコン こしょう ガラ おとうかかん ツナパン きゅうにゅう	ゼリー むぎぢゃ
26	土	かし むぎぢゃ	カレーうどん ツナポテト	みかんかん	コーンロールパン ぎゅうにゅう	うどん とりにく あぶら ちくわ 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 こしょう みかんかん コーンロールパン きゅうにゅう	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	596Kcal	22.3g	16.7g
園の目標値	590Kcal	24.0g	17.0g
≪3歳未満児≫			
	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	541Kcal	19.5g	14.9g
園の目標値	510Kcal	20.0g	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供え物を使うことで、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★