



予定献立表



日付	曜日	1、2歳児 朝の軽食	昼食	3時のおやつ	主な食品名		
					熱ゆかりを出す (炭水化物・脂肪)	血や肉を作る (たんぱく質)	体の調子を整える (ビタミン・無機質)
2月	おせんべい 麦茶	ひなちらし寿司 しゅうまい 菜の花のおひたし 果物	花麩のすまし汁 果物	きつねうどん ひなあられ 麦茶	胚芽米 乾麺 しゅうまいの皮	豚肉 卵 鮭 油揚げ	菜の花 ほうれん草 人参 玉葱 えのき 三つ葉 果物
3火	クラッカー 麦茶	牛丼風どんぶり 味噌汁 厚揚げの五目煮 果物	味噌汁 果物	揚げパン 牛乳	胚芽米 パン じゃが芋 油	豚肉 味噌 厚揚げ 帆立 牛乳	人参 玉葱 なめこ 小松菜 大根 果物
4水	おせんべい 麦茶	塩ラーメン 白花豆の甘煮 甘酢和え 果物	味噌汁 果物	じゃこ炒飯 麦茶	中華麺 油 胚芽米 ごま油	豚肉 白花豆 じゃこ 卵	人参 キャベツ もやし 筍 小松菜 きくらげ きゅうり かぶ 玉葱 果物
5木	野菜クラッカー 麦茶	ハヤシライス 青のりポテト イタリアンサラダ 果物	味噌汁 果物	手作りクッキー 牛乳	胚芽米 じゃが芋 油 小麦粉 バター	豚肉 卵 牛乳	ブロッコリー コーン 人参 きゅうり 玉葱 ほうれん草 ピーマン トマト 果物
6金	ビスケット 麦茶	ピビンバ丼 中華スープ かぼちゃサラダ 果物	味噌汁 果物	プリン おせんべい 麦茶	米 油 ごま油	卵 牛乳	かぼちゃ きゅうり わかめ 人参 玉葱 もやし 果物
7土	おせんべい 麦茶	ごま御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き ツナサラダ 果物	味噌汁 果物	ビスケット りんごジュース	胚芽米 ごま 油	鶏肉 味噌 ツナ	キャベツ きゅうり コーン 大根 玉葱 わかめ 果物
9月	おせんべい 麦茶	ふりかけ御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草の納豆和え 果物	味噌汁 果物	きなこドーナツ 牛乳	胚芽米 小麦粉 油	豚肉 味噌 納豆 しらす 油揚げ 牛乳	玉葱 ピーマン ハブリカ えのき ほうれん草 もやし 人参 わかめ 果物
10火	野菜クラッカー 麦茶	さつま芋ロール コンソメスープ 鮭とじゃが芋の豆乳グラタン ピーマンサラダ 果物	味噌汁 果物	中華風 炊き込みおこわ 麦茶	パン 胚芽米 バター じゃが芋 ピーマン	鮭 チーズ 豆乳 豚肉	きゅうり 人参 ほうれん草 キャベツ 玉葱 葱 果物
11水	おせんべい 麦茶	味噌カツ丼 すまし汁 切干大根の煮物 果物	味噌汁 果物	焼きそば 麦茶	胚芽米 小麦粉 パン粉 油 ごま油 焼きそば麺	豚肉 味噌 豆腐 大豆	大根 人参 椎茸 いんげん こんにゃく キャベツ 玉葱 もやし ピーマン 果物
12木	クラッカー 麦茶	スパゲティミートソース 盛り合わせサラダ 果物	味噌汁 果物	大根と帆立の御飯 (ビスケット) 麦茶	スパゲティ マヨネーズ ごま 油 胚芽米 もち米	豚肉 帆立	きゅうり かぼちゃ トマト ブロッコリー 人参 セロリ 玉葱 ピーマン 大根 果物
13金	野菜クラッカー 麦茶	わかめ御飯 中華風コーンスープ 鶏の唐揚げ パインサラダ 果物	味噌汁 果物	ぶどうゼリー おせんべい 麦茶	胚芽米 油 小麦粉 片栗粉	鶏肉	キャベツ きゅうり 三つ葉 人参 玉葱 コーン 果物
14土	おせんべい 麦茶	ごま御飯 味噌汁 春雨の炒め物 キャベツのおかか和え 果物	味噌汁 果物	いちごジャムパン 麦茶	胚芽米 ごま パン	豚肉 味噌 豆腐 鯉節	キャベツ コーン パブリカ 人参 葱 わかめ 果物

日付	曜日	1、2歳児 朝の軽食	昼食	3時のおやつ	主な食品名		
					熱ゆかりを出す (炭水化物・脂肪)	血や肉を作る (たんぱく質)	体の調子を整える (ビタミン・無機質)
16月	おせんべい 麦茶	御飯 味噌汁 鯖の味噌煮 コロコロポテトサラダ 果物	味噌汁 果物	肉団子スープ 麦茶	胚芽米 春雨 じゃが芋 油	鯖 味噌 鶏肉	人参 きゅうり 白菜 なす 葱 小松菜 わかめ 果物
17火	クラッカー 麦茶	味噌ラーメン ちくわの磯辺揚げ 梅肉和え 果物	味噌汁 果物	バエリア (おせんべい) 麦茶	中華麺 小麦粉 油 胚芽米	豚肉 味噌 ちくわ 海老 帆立	きゅうり えのき ピーマン 人参 白菜 きくらげ いら もやし 果物
18水	おせんべい 麦茶	三色丼 味噌汁 ブロッコリーのごま和え 果物	味噌汁 果物	いももち 麦茶	胚芽米 ごま じゃが芋 油 小麦粉 バター 片栗粉	鶏肉 卵 味噌	ブロッコリー 人参 コーン キャベツ 葱 わかめ 果物
19木	野菜クラッカー 麦茶	カレーライス ポイルウインナー コーンフレークサラダ 果物	味噌汁 果物	かぼちゃスコーン 牛乳	胚芽米 油 小麦粉 バター じゃが芋	豚肉 牛乳 ウインナー	キャベツ きゅうり コーン 人参 玉葱 かぼちゃ 果物
21土	卒園式						
23月	おせんべい 麦茶	菜飯 味噌汁 さわらの香り味噌焼き もやしの中華和え 果物	味噌汁 果物	バナナ蒸しパン 牛乳	胚芽米 小麦粉 ごま油 バター	さわら 味噌 牛乳	もやし きゅうり キャベツ 大根 玉葱 わかめ 果物
24火	クラッカー 麦茶	御飯 味噌汁 春巻き 刻み昆布の煮物 果物	味噌汁 果物	ナポリタン 麦茶	胚芽米 春雨 油 春巻きの皮 じゃが芋	豚肉 味噌 ツナ	昆布 人参 椎茸 キャベツ もやし 玉葱 小松菜 果物
25水	おせんべい 麦茶	セサミパンのホットバーガー 人参ポタージュ フレンチサラダ 果物	味噌汁 果物	しそわかめ おにぎり (ビスケット) 麦茶	パン ごま 胚芽米 マヨネーズ	鶏肉 ツナ チーズ 牛乳	キャベツ きゅうり パセリ 人参 玉葱 果物
26木	野菜クラッカー 麦茶	田舎うどん 明日葉のかき揚げ ほうれん草のじゃこ和え 果物	味噌汁 果物	炊き込みおこわ 麦茶	うどん 小麦粉 油 ごま油 胚芽米	鶏肉 じゃこ 味噌 油揚げ	人参 大根 しめじ 小松菜 白菜 こぼろ 玉葱 コーン ほうれん草 舞茸 筍 果物
27金	クラッカー 麦茶	中華丼 わかめスープ さつま芋サラダ 果物	味噌汁 果物	オレンジゼリー おせんべい 麦茶	胚芽米 油 小麦粉 バター さつま芋	焼豚 海老 帆立 牛乳	きゅうり 玉葱 人参 白菜 小松菜 椎茸 葱 果物
28土	おせんべい 麦茶	ふりかけ御飯 味噌汁 鶏肉の味噌焼き 和風サラダ 果物	味噌汁 果物	果物 ビスケット 麦茶	胚芽米 油	鶏肉 味噌 豆腐	キャベツ きゅうり わかめ 大根 玉葱 果物
30月	おせんべい 麦茶	ジャージャー麺 かぼちゃの甘煮 ゆかり和え 果物	味噌汁 果物	チキンライス 麦茶	乾麺 胚芽米 オリーブ油	豚肉 鶏肉	きゅうり かぶ 人参 玉葱 椎茸 かぼちゃ 果物
31火	野菜クラッカー 麦茶	御飯 味噌汁 かじきの韓国風焼き 高野豆腐の煮物 果物	味噌汁 果物	せんべい汁 麦茶	胚芽米 ごま ごま油 小麦粉	かじき 味噌 高野豆腐	人参 玉葱 椎茸 パブリカ 葱 いら 大根 果物



*材料などの都合により、献立が変更になる場合があります。

*3時のおやつも基本的には手作りをしています。()内は乳児にのみ付きます。

*パンは、卵不使用のものを提供しています。



≪ ひよこ組 完了食② ≫

- 3日(水) 揚げパン → いちごジャムサンド
- 4日(水) 塩ラーメン → 煮込みうどん
- 11日(水) 味噌カツ → チキン味噌カツ
- 16日(月) 鯖の味噌煮 → 白身魚の味噌煮

- 17日(火) 味噌ラーメン → 味噌煮込みうどん
- ちくわの磯辺揚げ → 鶏肉の磯辺揚げ
- バエリア → しらす御飯
- 24日(火) 春巻き → 鶏肉の照り焼き(りす組まで)
- 27日(金) 中華丼 → あんかけ丼



2日 ひな祭りランチ

ひな祭りらしい、
かわいいちらし寿司と
ひなあられを提供します!

そうぐみさんへ

いつもきゅうしょくをたくさんたべてくれてありがとう。
3がつのこんだては、みんながかんがえてくれた
リクエストメニューからつくりました。
あかいじでかいてあるこんだてが、リクエストメニューです。

ごんげつのきゅうしょくもたくさんおかわりして、
げんきいっぱいでしょうがっこうにいらしてください。

きゅうしょくのせんせいより

