



日付	曜日	1.2歳児朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	主な食品名		
					熱や力を出す (炭水化物・脂質)	肉や血を作る (たんぱく質)	体の調子を整える (ビタミン・無機質)
1	金	おせんべい 麦茶	ハヤシライス 青のりポテト パインのヨーグルトサラダ 果物	焼きビーフン 麦茶	胚芽米 ごま油 じゃが芋 油 ビーフン ルウ オリーブ油	豚肉 ヨーグルト	キャベツ きゅうり トマト 人参 玉葱 ビーマン にら もやし 果物
2	土	野菜バー 麦茶	ふりかけ御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き コーンサラダ 果物	果物 おせんべい 麦茶	胚芽米 油	鶏肉 豆腐 かつお 味噌	キャベツ きゅうり コーン 玉葱 わかめ 果物
4	月	クラッカー 麦茶	生姜のあんかけうどん さつま芋のレモン煮 甘酢和え 果物	新ごぼうのピラフ 麦茶	うどん 胚芽米 さつま芋 片栗粉 オリーブ油	豚肉 鶏肉	かぶ きゅうり 人参 白菜 椎茸 葱 筍 小松菜 玉葱 ごぼう 果物
5	火	おせんべい 麦茶	御飯 味噌汁 銀だらの西京焼き ほうれん草の納豆和え 果物	きなこ揚げパン 牛乳	胚芽米 パン 油	銀だら 牛乳 納豆 油揚げ 味噌 黄粉	ほうれん草 えのき わかめ 人参 もやし 果物
6	水	野菜バー 麦茶	バエリア ジュリアンスープ かぼちゃサラダ 果物	オレンジゼリー おせんべい 麦茶	胚芽米 油 オリーブ油	鶏肉 えび 帆立	かぼちゃ きゅうり 小松菜 ビーマン 玉葱 人参 白菜 果物
7	木	おせんべい 麦茶	お赤飯 花麩のすまし汁 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーのおかか和え 果物	お祝い カップケーキ 麦茶	もち米 バター 麩 油 ごま 片栗粉 小麦粉	鶏肉 牛乳 かつお節 豆腐	ブロッコリー 人参 コーン 玉葱 三つ葉 果物
8	金	クラッカー 麦茶	ゆかり御飯 味噌汁 かじきのバーベキュー 厚揚げの五目煮 果物	ナポリタン 麦茶	胚芽米 ごま油 スパゲティ 油 じゃが芋	かじき 厚揚げ ベーコン 味噌	人参 玉葱 大根 なめこ トマト ビーマン わかめ きぬさや 果物
9	土	おせんべい 麦茶	マーボー丼 わかめスープ ツナサラダ 果物	ショートブレッド 麦茶	胚芽米 ごま油 油	豚肉 ツナ 豆腐 味噌	キャベツ きゅうり コーン 人参 苺布 葱 にら 果物
11	月	おせんべい 麦茶	チキンカレーライス ビーマンソテー コーンフレークサラダ 果物	メロンパン風トースト 牛乳	胚芽米 じゃが芋 パン オリーブ油 小麦粉 バター コーンフレーク 油	鶏肉 牛乳 ウインナー	キャベツ きゅうり コーン 人参 玉葱 ビーマン 果物
12	火	野菜バー 麦茶	パンプキンロール コンソメスープ 鮭と新じゃがのグラタン イタリアンサラダ 果物	さつま芋おこわ 麦茶	パン オリーブ油 じゃが芋 胚芽米 さつま芋 もち米 小麦粉 バター ごま	鮭 チーズ 牛乳	ブロッコリー コーン 人参 きゅうり 玉葱 かぶ 果物
13	水	おせんべい 麦茶	筍御飯 きぬさやの味噌汁 豚肉と春キャベツのホイコーロー風 新ごぼうと高野豆腐の煮物 果物	春人参の 甘食風ケーキ 牛乳	胚芽米 ごま油 バター 小麦粉 片栗粉	豚肉 高野豆腐 牛乳 蜂蜜 油揚げ 味噌	キャベツ ビーマン えのき きぬさや いんげん ごぼう 人参 玉葱 果物
14	木	クラッカー 麦茶	御飯 味噌汁 さばの菰田揚げ ほうれん草のごま和え 果物	焼きうどん 麦茶	胚芽米 うどん 片栗粉 ごま油 ごま 油	さば 豚肉 味噌	かぼちゃ キャベツ コーン 葱 苺布 ほうれん草 人参 果物
15	金	おせんべい 麦茶	味噌ラーメン ちくわの磯辺揚げ 梅肉和え 果物	青菜おにぎり 麦茶	中華麺 胚芽米 小麦粉 油	豚肉 ちくわ	きゅうり えのき 人参 筍 梅 白菜 もやし きくらげ にら 果物
16	土	おせんべい 麦茶	ふりかけ御飯 味噌汁 春雨の炒め物 和風ツナサラダ 果物	果物 ビスケット 麦茶	胚芽米 春雨 ごま油 油	豚肉 ツナ かつお 豆腐 味噌	キャベツ きゅうり コーン わかめ 葱 パプリカ 果物
18	月	野菜バー 麦茶	御飯 中華風コーンスープ 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根のサラダ 果物	かぼちゃドーナツ 麦茶	胚芽米 バター 小麦粉 ごま油 油	鮭 牛乳 豆腐 味噌	大根 きゅうり 人参 玉葱 キャベツ コーン きくらげ 三つ葉 かぼちゃ 果物
19	火	おせんべい 麦茶	しらすのふりかけ御飯 味噌汁 鶏肉のねぎソース ほうれん草の練りごま和え 果物	フルーツヨーグルト ビスケット 麦茶	胚芽米 片栗粉 小麦粉 油 生クリーム 練りごま	鶏肉 しらす かつお節 味噌 ヨーグルト	ほうれん草 コーン わかめ 人参 大根 玉葱 果物
20	水	クラッカー 麦茶	菜飯 味噌汁 銀だらの煮付け 果物 スナッフえんどうとブロッコリーのサラダ	ソース焼きそば 麦茶	胚芽米 油 焼きそば麺 じゃが芋 オリーブ油	銀だら 豚肉 ハム 味噌	スナッフえんどう 小松菜 葱 ブロッコリー コーン もやし きゅうり キャベツ ビーマン 果物

日付	曜日	1.2歳児朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	主な食品名		
					熱や力を出す (炭水化物・脂質)	肉や血を作る (たんぱく質)	体の調子を整える (ビタミン・無機質)
21	木	おせんべい 麦茶	ハヤシライス チーズ 盛り合わせサラダ 果物	シュガーラスク 牛乳	胚芽米 パン バター ごま 油	豚肉 チーズ 牛乳 豆乳マヨ	きゅうり かぼちゃ トマト ブロッコリー ピーマン 葱 人参 果物
22	金	野菜バー 麦茶	ジャージャー麺 白花豆の甘煮 ゆかり和え 果物	カレーピラフ 麦茶	うどん 胚芽米 オリーブ油	豚肉 鶏肉 白花豆 味噌	かぶ きゅうり 人参 玉葱 椎茸 筍 ピーマン 果物
23	土	☆ 親子 プ レ イ デ イ ☆					
25	月	おせんべい 麦茶	豚丼 味噌汁 ほうれん草のナムル 果物	キャラメルポテト 牛乳	胚芽米 バター さつまいも ごま ごま油 油	豚肉 牛乳 油揚げ 味噌	ほうれん草 もやし なめこ 人参 葱 白滝 大根 若布 果物
26	火	クラッカー 麦茶	スパゲティミートソース ウイナーソテー ブロッコリーサラダ 果物	鶏と新ごぼうのおこわ 麦茶	スパゲティ 油 胚芽米 もち米 オリーブ油	豚肉 鶏肉 ウイナー	ブロッコリー コーン 人参 きゅうり セロリ ピーマン 葱 牛蒡 こんにゃく 果物
27	水	おせんべい 麦茶	御飯 味噌汁 松風焼き 切干大根の煮物 果物	ブルーベリー ジャムサンド 麦茶	胚芽米 パン ごま油	鶏肉 牛乳 油揚げ 味噌	大根 人参 椎茸 いんげん こんにゃく 葱 かぶ 果物
28	木	野菜バー 麦茶	胚芽ロール アスパラのポタージュ あじのエスカベッシュ 新じゃがのポテトサラダ 果物	 うぐいすおはぎ 麦茶	パン 胚芽米 もち米 片栗粉 生クリーム 油 じゃが芋 ルウ	あじ ベーコン 牛乳 豆乳マヨ 黄粉	アスパラ パプリカ パセリ 人参 玉葱 きゅうり 果物
30	土	クラッカー 麦茶	ふりかけ御飯 味噌汁 鶏肉の味噌焼き コーンサラダ 果物	果物 おせんべい 麦茶	胚芽米 油	鶏肉 豆腐 かつお 味噌	キャベツ きゅうり コーン 玉葱 わかめ 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。  
 変更があった場合、給食の展示スペースにてお知らせさせていただきます。  
 \*パンは卵不使用のものを提供しています。 \*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。

《 ひよこ・りす組 完了食 》

- 5日(火) きなこ揚げパン  
→ ブルーベリージャムサンド
- 6日(水) バエリア → チキンバエリア
- 7日(木) お赤飯 → ごま塩御飯(うさぎ組まで)
- 11日(月) ピーマンソテー → かぼちゃの甘煮
- 14日(木) さばの竜田揚げ → カレイの竜田揚げ
- 15日(金) ちくわの磯辺揚げ → 鶏肉の磯辺揚げ
- 20日(水) ソース焼きそば → おにぎり
- 21日(木) チーズ → なし
- 26日(火) ウイナーソテー → かぼちゃの甘煮
- 28日(木) あじのエスカベッシュ →  
カレイのエスカベッシュ(うさぎ組まで)



6日 お祝いランチ

進級のお祝いとして給食室で  
お赤飯を炊きます。  
お赤飯の由来や意味についても  
話しをしたいと思います。



13日(水)、28日(木)の給食は旬の食材を多く取り入れた  
“春の献立”です。食材の展示なども用意し、  
この時期にしか食べられない食材にたくさん触れてもらいたいと思います。