



月	火	水	木	金	土
		1日	2日	3日 ひなまつり	4日
		白身魚の南蛮漬け 白身魚・塩麹・油・片栗粉・玉ねぎ・人参・しょうゆ・酢・すし酢 ひじき煮 ひじき・エリンギ・三度豆・三温糖・しょうゆ・油 サラダ ブロッコリー・レタス・ごぼう・パプリカ・しょうゆ・三温糖・塩・油 スープ 白菜・ベーコン・ニラ・しょうゆ・塩・コンソメ	厚揚げとひき肉の中華炒め 厚揚げ・豚ミンチ・玉ねぎ・しょうゆ・三温糖・みりん・ごま油・片栗粉 長芋のオリーブ焼き 長芋・オリーブ油・塩麹 ツナ和え 小松菜・かぶ・人参・スナッペン・ツナ・しょうゆ・三温糖 みそ汁 キャベツ・もやし・れんこん・みそ	ひなまつり寿司 生鮭・塩麹・人参・コーン・絹さや・ごま・すし酢・酢・七十分米 鶏肉の西京焼き 鶏もも肉・白みそ・みりん・酒・しょうゆ・塩麹 マヨドレサラダ チンゲン菜・菜の花・かぼちゃ・人参・マヨドレ・しょうゆ 清汁 豆腐・わかめ・しょうゆ・塩	ちゃんこうどん 豚肉・白菜・まいたけ・玉ねぎ・乾麺・塩麹・三温糖・みりん・しょうゆ・塩・油 和え物 じゃがいも・ほうれん草・人参・しょうゆ・ごまねりごま
		いももち オレンジ 牛乳 じゃがいも・片栗粉・三温糖・しょうゆ	おにぎり りんご 牛乳 かつお・しょうゆ・七十分米	抹茶ケーキ いちご 牛乳 小麦粉・BP・豆乳・三温糖・抹茶・油・酢・おから・生クリーム	おにぎり りんご ゆかり粉・七十分米
6日	7日	8日	9日	10日	11日
ガパオライス風 豚ミンチ・玉ねぎ・パプリカ・ごま油・三温糖・しょうゆ・酒・みりん・パジル粉・七十分米 鶏肉の塩麹焼き 鶏もも肉・塩麹・三温糖・酒 梅和え キャベツ・大根・人参・しょうゆ・梅肉・三温糖 清汁 さつまいも・小松菜・しめじ・しょうゆ・塩	白身魚の磯辺焼き 白身魚・青のり・しょうゆ・みりん・酒・片栗粉 ケチャップ炒め かぼちゃ・玉ねぎ・ケチャップ・三温糖・しょうゆ・油 りんごサラダ チンゲン菜・りんご・水菜・人参・しょうゆ・酢・すし酢・オリーブ油 スープ もやし・レタス・三つ葉・しょうゆ・塩・コンソメ	洋風生姜焼き 豚肉・玉ねぎ・パプリカ・生姜・バルサミコ酢・三温糖・しょうゆ・油 甘辛ポテト じゃがいも・酒・三温糖・みりん・しょうゆ・ごま油 しらす和え 白菜・かぶ・煙草・人参・ちりめんじゃこ・しょうゆ みそ汁 厚揚げ・れんこん・キャベツ・みそ	鯖のパン粉焼き 鯖・塩麹・しょうゆ・みりん・パン粉・油・パセリ粉 金時豆煮 金時豆・三温糖・しょうゆ・塩 さっぱりサラダ ほうれん草・レタス・もやし・人参・しょうゆ・レモン果汁・三温糖・油 清汁 チンゲン菜・なめこ・白ねぎ・しょうゆ・塩	鶏肉のカレーマヨ焼き 鶏むね肉・塩麹・三温糖・しょうゆ・マヨドレ・カレー粉 大根の煮物 大根・エリンギ・昆布・三温糖・みりん・しょうゆ・片栗粉 かつお和え 小松菜・カリフラワー・人参・しょうゆ・かつお みそ汁 里いも・玉ねぎ・豆腐・みそ	野菜炒め丼 豚肉・玉ねぎ・ニラ・しらす・人参・しょうゆ・みりん・三温糖・油・七十分米
レモン蒸しパン 牛乳 ホットケーキミックス・三温糖・レモン果汁・ヨーグルト・牛乳・スキムミルク	ミルククリームパン 牛乳 食パン・牛乳・三温糖・コンスタート	黒糖ちんすこう オレンジ 牛乳 小麦粉・黒砂糖・油	おにぎり りんご 牛乳 昆布・しょうゆ・三温糖・みりん・七十分米	豚まん 牛乳 片栗粉・強力粉・小麦粉・三温糖・ドライイースト・油・水・豚ひき肉・玉ねぎ・キャベツ・生姜・しょうゆ・塩麹・ごま油	おにぎり りんご わかめ・七十分米
13日	14日	15日お別れ遠足(たいよう)	16日	17日 お誕生会	18日
根菜ご飯 れんこん・ごぼう・人参・しょうゆ・みりん・塩・七十分米 白身魚の梅焼き 白身魚・梅肉・三温糖・みりん・しょうゆ 中華和え 長芋・ほうれん草・玉ねぎ・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油 清汁 鮭・キャベツ・油揚げ・しょうゆ・塩	鶏肉の香り焼き 鶏もも肉・ニラ・塩麹・しょうゆ・みりん・酒・片栗粉 野菜炒め レタス・玉ねぎ・しめじ・人参・コーン・オリーブ油・塩・しょうゆ 春雨サラダ ブロッコリー・春雨・チンゲン菜・人参・しょうゆ・酢・すし酢 みそ汁 じゃがいも・白菜・とろろ昆布・みそ	チンジャオロース 豚肉・パプリカ(赤)・ピーマン・葱・生姜・油・酒・しょうゆ・三温糖・塩麹・片栗粉 焼き厚揚げ 厚揚げ・酒・みりん・三温糖・しょうゆ ポン酢和え さつまいも・小松菜・人参・しょうゆ・かぼす果汁 スープ 大根・玉ねぎ・ねぎ・しょうゆ・塩・コンソメ	ぶりの漬け焼き ぶり・しょうゆ・みりん・酒 ごぼうのトマト煮 ごぼう・エリンギ・玉ねぎ・ホールトマト・しょうゆ・三温糖・油 ごま和え しらす・かぼちゃ・れんこん・人参・しょうゆ・ごま・ねりごま みそ汁 かぶ・菜の花・もずく・みそ	おすし 高野豆腐・かんぴょう・ちりめんじゃこ・人参・水菜・三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢・七十分米 和風ハンバーグ 豚ミンチ・玉ねぎ・塩・パン粉・三温糖・みりん・しょうゆ・水・片栗粉 マカロニサラダ マカロニ・キャベツ・煙草・パプリカ・マヨドレ・塩 クリームコーンスープ じゃがいも・ほうれん草・クリームコーン・しょうゆ・塩・コンソメ	中華丼 豚肉・玉ねぎ・小松菜・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油・片栗粉・七十分米
米粉蒸しパン 牛乳 米粉・BP・三温糖・豆乳・油・酢・ジャム	じゃこマヨパン 牛乳 食パン・ちりめんじゃこ・マヨドレ・青のり	オートミールクッキー オレンジ 牛乳 オートミール・小麦粉・三温糖・塩・油	そぼろおにぎり りんご 牛乳 豚ミンチ・酒・三温糖・しょうゆ・七十分米	アップルケーキ 牛乳 ホットケーキミックス・油・牛乳・スキムミルク・りんご・三温糖・シナモン	おにぎり りんご かつお・しょうゆ・七十分米
20日	21日 春分の日	22日 かせお弁当日	23日 お別れ会	24日	25日 卒園式
切干大根ごはん 切干大根・人参・しめじ・みりん・しょうゆ・七十分米 鶏肉のさっぱり焼き 鶏もも肉・しょうゆ・みりん・かぼす果汁・油 和風和え 白菜・もやし・小松菜・人参・しょうゆ・三温糖・塩 清汁 豆腐・チンゲン菜・三つ葉・しょうゆ・塩		肉じゃが 豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・スナッペン・エンドウ・しょうゆ・みりん・酒・油 れんこんのツナ炒め れんこん・ブロッコリー・ツナ・三温糖・しょうゆ・油 磯辺和え ほうれん草・かぶ・エリンギ・人参・しょうゆ・焼きのり みそ汁 小松菜・油揚げ・レタス・みそ	キーマライス 豚ミンチ・玉ねぎ・パプリカ(赤)・コーン・カレー粉・三温糖・しょうゆ・ケチャップ・塩・七十分米 手羽元のオープン焼き 鶏手羽元・しょうゆ・みりん・三温糖・ごま・パジル粉 マヨしょうゆサラダ キャベツ・かぼちゃ・人参・マヨドレ・しょうゆ スープ 春雨・ごぼう・ニラ・しょうゆ・塩・コンソメ	鯖のおろしあんかけ 鯖・塩麹・大根・三つ葉・しょうゆ・みりん・片栗粉 こんにやく炒め 糸こんにやく・さつまいも・しめじ・しょうゆ・三温糖・ごま油 黒酢和え 煙草・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・しょうゆ・黒酢・三温糖 清汁 白菜・えのき・もやし・しょうゆ・塩	 お弁当日
黒ごまケーキ 牛乳 ホットケーキミックス・黒砂糖・牛乳・スキムミルク・黒ごま		ビスケットスコーン オレンジ 牛乳 強力粉・小麦粉・BP・三温糖・塩・バター・油・牛乳	クッキー 牛乳 小麦粉・豆乳・油・三温糖・塩	かわりぼたもち りんご 牛乳 七十分米・もち米・甘納豆・塩・きなこ	せんべい ばりんこ
27日	28日	29日 家庭保育協力日	30日 家庭保育協力日	31日 家庭保育協力日	
わかめごはん わかめ・ちりめんじゃこ・ごま・しょうゆ・七十分米 鶏肉のオーロラ焼き 鶏むね肉・塩麹・ケチャップ・マヨドレ ナムル 小松菜・ブロッコリー・人参・もやし・しょうゆ・塩・ごま油 清汁 ほうれん草・玉ねぎ・かぶ・しょうゆ・塩	鮭の照り焼き 生鮭・しょうゆ・みりん・酒 甘辛炒め 長芋・玉ねぎ・パプリカ・三温糖・しょうゆ・油 納豆和え ひきわり納豆・チンゲン菜・キャベツ・人参・しょうゆ・かつお みそ汁 鮭・しめじ・しらす・みそ	お弁当日	お弁当日	お弁当日	
ココアブラウニー 牛乳 小麦粉・ココア・BP・三温糖・油・豆乳・粉糖	ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム	豆乳くずもち オレンジ 牛乳 片栗粉・三温糖・豆乳・きなこ	おにぎり りんご 牛乳 花むすび・七十分米	せんべい 牛乳 ばりんこ	

 乳児の朝おやつ 月～金 牛乳
主食 七十分米