



日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
2 月	ごはん かぼちゃの味噌汁 牛肉のスタミナ炒め キャベツのさっぱり和え	牛乳(午後) きな粉スコーン	みそ・牛肉・かにかまぼこ・牛乳・きな粉・豆乳	米・じゃがいも・砂糖・油・ホットケーキミックス	かぼちゃ・たまねぎ・わかめ・赤パプリカ・にんにく・キャベツ・きゅうり・レモン果汁
3 火	ちらし寿司 花麩のすまし汁 鶏肉の照り焼き ひなまつり桃の花三色ゼリー	カルピス 桜もち風蒸しパン *完了期: 米粉蒸しパン	凍り豆腐・でんぷ・鶏肉・カルピス・こしあん 	米・砂糖・花麩・ひなまつり桃の花三色ゼリー・米粉・油	にんじん・しいたけ・コーン・グリーンピース・だいこん・はくさい・こまつな・しょうが・いちごジャム・ほうれんそう
4 水	ロールパン ミネストローネ キッシュ さつまいものサラダ	お茶 ひじきおにぎり	ベーコン・大豆・鶏卵・鶏ひき肉・チーズ・牛乳・油揚げ	ロールパン・マカロニ・油・さつまいも・マヨドレ・米・砂糖	たまねぎ・ホールトマト・トマトケチャップ・ほうれんそう・にんじん・レーズン・ひじき
5 木	ごはん 大根のスープ チャプチェ ひじきのツナ和え	牛乳(午後) コーンマヨトースト	ぶた肉・ツナ缶・牛乳	米・はるさめ・砂糖・しろごま・食パン・マヨドレ	だいこん・にんじん・わかめ・にら・赤パプリカ・たまねぎ・しいたけ・ひじき・キャベツ・きゅうり・コーン
6 金	ごはん しめじのすまし汁 さわらの味噌煮 れんこんのきんぴら	牛乳(午後) 練乳いちごパン	さわら・みそ・牛乳	米・砂糖・赤こんにやく・油・練乳いちごパン	しめじ・キャベツ・たまねぎ・しょうが・れんこん・にんじん・ひじき・さやいんげん
7 土	お弁当	お茶 おやつ			
9 月	ごはん さつまいものスープ 鶏肉のトマトソースかけ ビーフンサラダ	牛乳(午後) ココアバナナマフィン	大豆・鶏肉・ハム・牛乳・鶏卵・豆乳	米・さつまいも・オリーブ油・ビーフン・マヨドレ・ホットケーキミックス・砂糖・油	たまねぎ・にんじん・ホールトマト・にんにく・キャベツ・コーン・バナナ
10 火	ごはん 高野豆腐の味噌汁 鯖の塩焼き 切干大根煮	牛乳(午後) お好みいもち	凍り豆腐・みそ・さば・油揚げ・牛乳・ぶたひき肉・削り節	米・赤こんにやく・砂糖・じゃがいも・片栗粉	たまねぎ・こまつな・にんじん・切干しだいこん・しいたけ・青のり
11 水	ごはん ウインナーと野菜のスープ 鶏のから揚げ ツナボンサラダ	お茶 チーズケーキ	ウインナー・鶏肉・ツナ缶・クリームチーズ・生クリーム・牛乳・鶏卵	米・じゃがいも・片栗粉・油・砂糖・薄力粉	こまつな・コーン・しょうが・にんにく・ブロッコリー・にんじん
12 木	親子丼 白菜のすまし汁 ポテトサラダ	牛乳(午後) バームクーヘン	鶏肉・鶏卵・ハム・牛乳	米・じゃがいも・マヨドレ・バームクーヘン	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・はくさい・えのきたけ・きゅうり
13 金	わかめご飯 にゅうめん汁 トンカツ もやしのゆかり和え	牛乳(午後) のり塩ポテト *完了期: 蒸しじゃがいも	ぶた肉・牛乳	米・いりごま・そうめん・焼きふ・薄力粉・パン粉・油・じゃがいも	炊き込みわかめ・こまつな・たまねぎ・はくさい・しいたけ・トマトケチャップ・もやし・きゅうり・にんじん・あおのり
14 土	お弁当	お茶 おやつ			
16 月	ごはん 大根の味噌汁 鶏肉の甘酢あんかけ 白菜のおかか和え	牛乳(午後) いりこ大豆 *完了期: いり大豆	油揚げ・みそ・鶏肉・削り節・牛乳・煮干し・大豆	米・片栗粉・油・砂糖・しろごま	だいこん・たまねぎ・わかめ・はくさい・きゅうり・にんじん
17 火	ごはん キャベツのスープ 鮭のパン粉焼き ジャーマンポテト	牛乳(午後) ミニカニパン	さけ・ベーコン・牛乳	米・パン粉・オリーブ油・じゃがいも・ミニカニパン	キャベツ・こまつな・にんじん・しいたけ・たまねぎ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

未満児	エネルギー	蛋白質	脂肪	以上児	エネルギー	蛋白質	脂肪
	473 Kcal	21.3 g	16.6 g		561 Kcal	24.7 g	17.4 g

☆献立を変更する場合がございます。

☆食肉製品・かまぼこ・ちくわ・中華麺・ロールパン・食パン・マヨネーズ・ごまドレ・生クリーム・てんぷら粉は卵不使用品を取り入れています。

☆未満児・完了期午前おやつ: (月) 牛乳, ビスケット (火) 牛乳, ビスコ (水) 牛乳, せんべい (木) 牛乳, クラッカー (金) 牛乳, ウエハース (土) お茶, せんべい

☆離乳食完了期の牛乳は喫食状況により提供します。 ☆離乳食完了期のりんご・梨・柿はコンポートにして提供します。 ☆下線は市販菓子です。



日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18 水	味噌ラーメン チンゲン菜の炒め物 バナナ	お茶 ぼたもち *完了期: きな粉おにぎり	ぶた肉・みそ・生揚げ・つぶ しあん・きな粉	中華めん・ごま油・米・砂糖	コーン・もやし・にんじん・キャベ ツ・青ねぎ・チンゲンサイ・たまね ぎ・しめじ・しょうが・バナナ
19 木	メキシカンライス かぼちゃのポタージュスープ シーザーサラダ	牛乳(午後) ケサディーヤ	鶏肉・牛乳・ベーコン・パル メザンチーズ・ハム・チーズ	米・じゃがいも・マヨドレ・ ぎょうざの皮・油	にんにく・にんじん・たまねぎ・ト マトケチャップ・青ピーマン・マッ シュルーム・コーン・ホールトマ ト・かぼちゃ・キャベツ・きゅうり
20 金	春分の日				
21 土	お弁当	お茶 おやつ			
23 月	ポークカレー 切干大根のサラダ ヨーグルト(カップ)	牛乳(午後) ふかしもち	ぶた肉・大豆・ヨーグルト・ 牛乳	米・じゃがいも・油・砂糖・さ つまいも	にんじん・たまねぎ・切干しだいこ ん・ひじき・きゅうり
24 火	ごはん にゅうめん汁 さわらの西京焼 れんこんのそぼろ煮	牛乳(午後) 肉まん風蒸しパン	さわら・甘みそ・鶏ひき肉・ 牛乳・ぶたひき肉	米・そうめん・砂糖・さとい も・赤こんにやく・ホットケー キミックス・油・片栗粉	しいたけ・にんじん・たまねぎ・ しょうが・れんこん・だいこん
25 水	食パン さつまいもの豆乳スープ 鶏肉のチーズ焼き マカロニサラダ	お茶 菜飯おかかおにぎり	豆乳・鶏肉・チーズ・ハム・ 削り節	食パン・さつまいも・マカロ ニ・マヨドレ・米	たまねぎ・ほうれんそう・ブロッコ リー・にんじん・こまつな
26 木	ごはん かぶの味噌汁 豚の生姜焼き かぼちゃの和風サラダ	牛乳(午後) きな粉パン *完了期: ロールパン	油揚げ・みそ・ぶた肉・牛 乳・きな粉	米・砂糖・ロールパン・油	かぶ・にんじん・たまねぎ・しょ うが・かぼちゃ・ひじき・きゅうり
27 金	マーボー丼 わかめスープ しらたきの中華和え	牛乳(午後) ブルーベリークレープ *完了期: ビスケット	豆腐・ぶたひき肉・赤みそ・ ハム・牛乳	米・砂糖・片栗粉・ごま油・し ろごま・しらたき・フレンジク レープ(卵乳小麦不使用)	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・しょ うが・だいこん・わかめ・はくさ い・きゅうり
28 土	お弁当	お茶 おやつ			
30 月	ごはん じゃがいものスープ 鶏肉のマーマレード焼き 切干大根のナポリタン	牛乳(午後) 麩のきなこラスク	鶏肉・ベーコン・牛乳・きな 粉	米・じゃがいも・砂糖・焼き ふ・無塩バター・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・マーマレード ジャム・切干しだいこん・青ピーマ ン・トマトケチャップ
31 火	お弁当	お茶 バニラサンドクラッカー		バニラサンドクラッカー	

給食だより

早いもので今年度最後の月となり、いよいよ卒園、進級の時期がやってきました。
この時期になると体も心も大きく成長した子どもたちの姿を見ることができ、給食室にいる私たちも大変嬉しくなります。
園の給食は、これからも安全で美味しく手作りを心がけます。多くの献立を通して給食が子どもたちの成長のお手伝いになれば幸いです。

〈ひなまつり・春のお彼岸〉

ちらし寿司は、見た目の華やかさからひなまつりの定番メニューとなっています。
縁起の良い食材をふんだんに使うことで、将来の健康と幸福を願います。
春のお彼岸に食べられている”ぼたもち”の由来は、その時期に咲く牡丹の花から「牡丹餅」だと言われています。
秋のお彼岸に食べられる”おはぎ”とは、呼び名が違いますが同じものです。

〈3月13日 リクエスト献立〉

3月13日は、くじらチームさんのリクエスト献立です。主食・主菜・副菜をそれぞれ何にするかみんなで話し合っ決定してもらいました。
話し合いの中では、色々な献立があがったようですが、話し合いもそれほど時間がかからず、バランスのとれた献立を上手に考えてくれました。
くじらチームさんがチームワークよく考えてくれたリクエスト献立、保育園給食の思い出の一つとして、おいしく・楽しく食べてもらえると嬉しく思います。

〈3月19日 食育の日 メキシコの料理〉

メキシカンライスは、スパイスやトマトを加えて炊いたメキシコでは定番のお米料理です。本場メキシコではトマト以外の具材はほとんど加えない
ようですが、給食用として具沢山にアレンジしました。
メキシコは**かぼちゃ**の生産が盛んです。日本では国産のかぼちゃが品薄な時期に、メキシコやニュージーランドから輸入して補います。
シーザーサラダはメキシコ発祥のサラダです。メキシコの町・ティファナにある「シーザーズ・プレイス」というレストランで誕生したとされています。
ケサディーヤとは、トルティーヤという薄焼きパンにチーズなどを挟んで焼いたメキシコの軽食です。給食用に餃子の皮でアレンジしました。



日 曜	昼食	おやつ		赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他:調味料等
		午前	午後				
2月	軟飯 かぼちゃのスープ じゃがいものそぼろ煮 キャベツと玉ねぎの煮物	ビスケット きな粉パンケーキ		鶏ひき肉・きな粉・豆乳	ビスケット・米・じゃがいも・ホットケーキミックス・砂糖・油	かぼちゃ・キャベツ・たまねぎ	かつお・こんぶだし
3火	軟飯 人参のスープ 大根とささみの煮物 白菜と小松菜のやわらか煮	ウエハース 米粉蒸しパン		若鶏ささ身	ウエハース・米・米粉・砂糖・油	にんじん・だいこん・はくさい・こまつな	かつお・こんぶだし・ベーキングパウダー
4水	ロールパン さつまいものスープ ひき肉と玉ねぎの煮物 人参スティック	ハイハイン おにぎり(軟飯)		鶏ひき肉	ハイハイン・ロールパン・さつまいも・米	たまねぎ・ほうれんそう・にんじん	かつお・こんぶだし
5木	軟飯 大根のスープ 人参とささみの煮物 キャベツのやわらか煮	ビスケット 食パン		若鶏ささ身	ビスケット・米・食パン	だいこん・にんじん・キャベツ・たまねぎ	かつお・こんぶだし
6金	軟飯 玉ねぎのスープ 煮魚(さけ) 人参の煮物 お弁当	ウエハース ビスケット		さけ	ウエハース・米・ビスケット	たまねぎ・キャベツ・にんじん	かつお・こんぶだし
7土		ウエハース ハイハイン			ウエハース・ハイハイン		
9月	軟飯 キャベツのスープ 玉ねぎと人参のそぼろ煮 さつまいもの旨煮	ビスケット プレーン蒸しパン		鶏ひき肉・豆乳	ビスケット・米・さつまいも・ホットケーキミックス・砂糖・油	キャベツ・にんじん・たまねぎ	かつお・こんぶだし
10火	軟飯 小松菜のスープ たらと玉ねぎの煮物 人参スティック	ウエハース 蒸しじゃがいも		たら	ウエハース・米・じゃがいも	こまつな・たまねぎ・にんじん	かつお・こんぶだし
11水	軟飯 ブロッコリーのスープ じゃがいもとささみの煮物 小松菜と人参の煮物	ハイハイン ウエハース		若鶏ささ身	ハイハイン・米・じゃがいも・ウエハース	ブロッコリー・こまつな・にんじん	かつお・こんぶだし
12木	軟飯 鶏そぼろ丼(軟飯) 白菜のスープ じゃがいもときゅうりの煮物	ビスケット ウエハース		鶏ひき肉	ビスケット・米・片栗粉・じゃがいも・ウエハース	にんじん・はくさい・きゅうり	かつお・こんぶだし
13金	軟飯 人参のスープ 白菜のそぼろ煮 玉ねぎと小松菜の煮物 お弁当	ウエハース 蒸しじゃがいも		鶏ひき肉	ウエハース・米・じゃがいも	にんじん・はくさい・たまねぎ・こまつな	かつお・こんぶだし
14土		ウエハース ハイハイン			ウエハース・ハイハイン		
16月	軟飯 白菜のスープ ひき肉と大根の煮物 人参きゅうりスティック	ビスケット ハイハイン		鶏ひき肉	ビスケット・米・ハイハイン	はくさい・だいこん・きゅうり・にんじん	かつお・こんぶだし
17火	軟飯 キャベツのスープ 煮魚(さけ) じゃがいもと小松菜の煮物	ウエハース ビスケット		さけ	ウエハース・米・じゃがいも・ビスケット	キャベツ・たまねぎ・こまつな	かつお・こんぶだし
18水	煮込みうどん チンゲン菜と玉ねぎの煮物 バナナ	ハイハイン きな粉おにぎり(軟飯)		鶏ひき肉・きな粉	ハイハイン・ゆでうどん・米・砂糖	にんじん・キャベツ・チンゲンサイ・たまねぎ・バナナ	かつお・こんぶだし
19木	軟飯 かぼちゃのスープ じゃがいもとささみの煮物 人参とキャベツの煮物 春分の日	ビスケット ウエハース		若鶏ささ身	ビスケット・米・じゃがいも・ウエハース	かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・キャベツ	かつお・こんぶだし
20金							
21土	お弁当	ウエハース ハイハイン			ウエハース・ハイハイン		
23月	鶏ひき肉のあんかけ丼(軟飯) じゃがいものスープ きゅうりスティック	ビスケット 蒸しさつまいも		鶏ひき肉	ビスケット・米・片栗粉・じゃがいも・さつまいも	にんじん・たまねぎ・きゅうり	かつお・こんぶだし
24火	軟飯 人参のスープ 煮魚(たら) 大根のやわらか煮	ウエハース プレーン蒸しパン		たら・豆乳	ウエハース・米・ホットケーキミックス・砂糖・油	にんじん・たまねぎ・だいこん	かつお・こんぶだし
25水	食パン ほうれん草のスープ ブロッコリーとささみの煮物 さつまいもの旨煮	ハイハイン おにぎり(軟飯)		若鶏ささ身	ハイハイン・食パン・さつまいも・米	ほうれんそう・たまねぎ・ブロッコリー・にんじん	かつお・こんぶだし
26木	軟飯 かぶのスープ かぼちゃのそぼろ煮 人参の煮物	ビスケット ロールパン		鶏ひき肉	ビスケット・米・ロールパン	かぶ・かぼちゃ・にんじん・たまねぎ	かつお・こんぶだし
27金	軟飯 鶏そぼろ丼(軟飯) 豆腐のスープ 白菜と玉ねぎのやわらか煮	ウエハース ビスケット		鶏ひき肉・豆腐	ウエハース・米・ビスケット	にんじん・はくさい・たまねぎ	かつお・こんぶだし
28土	お弁当	ウエハース ハイハイン			ウエハース・ハイハイン		
30月	軟飯 玉ねぎのスープ 人参とささみの煮物 じゃがいもの煮物	ビスケット ハイハイン		若鶏ささ身	ビスケット・米・じゃがいも・ハイハイン	たまねぎ・にんじん	かつお・こんぶだし
31火	お弁当	ウエハース ハイハイン			ウエハース・ハイハイン		

☆献立を変更する場合がございます。

☆上記は後期食の献立です。おやつは後期食から提供いたします。

☆離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えさせていただきます。

☆中期食の主食は、軟飯⇒おかゆ、ロールパン・食パン⇒パン粥(食パン)になります。