

< 保育献立 >

3月 対象		午前おやつ 0、1、2歳児	主 菜 全 員	副 菜 全 員	スープ 全 員	3月 対象	デザート 全 員	主 食 全 員	主な離乳食 0歳児	午後おやつ 全員・放課後	夕方おやつ 延長保育児	
1	水	牛乳 卵ボーロ	鶏肉のネギ味噌焼き	加ワワ和風サラダ	チンゲン菜の味噌汁	1	水	りんご	ごはん	鶏ミンチ	ぶどうゼリー ハッピーターン	牛乳 白い風船
2	木	のむヨーグルト ウエハース	ニベのアップルソース	ひじきの炒り煮	白菜のコトコトスープ	2	木	オレンジ	ごはん	白身魚	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 ムーンライト
3	金	牛乳 リッツ	ちらし寿司	ほうれん草チーズ入り胡麻和え	豆腐のすまし汁	3	金	いちご		白身魚	りんごジュース 雑あられ	牛乳 カトリマム
4	土	牛乳 動物ビスケット	ラーメン	ブロッコリーツナマヨ		4	土	バナナ		鶏ミンチ	のむヨーグルト ビスコ	牛乳 おかし
5	日					5	日					
6	月	のむヨーグルト アパマンビス	さわらのおろし煮	トマトサラダ	ニラときのこのスープ	6	月	パイナップル	ごはん	白身魚	牛乳 ロールケーキ	牛乳 雪の宿
7	火	牛乳 白い風船	鶏肉のチリソース	炒り豆腐	キャベツの味噌汁	7	火	オレンジ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 クラッシュ 黒チョコパン	牛乳 マリー
8	水	牛乳 きなこせんべい	ハンバーガー	ポテトサラダ	なめこそスープ	8	水	りんごゼリー	ハッピーターン	白身魚	カルピス フライドポテト	牛乳 星たべよ
9	木	のむヨーグルト 卵ボーロ	生姜焼き	キャベツとコーンのサラダ	トマトスープ	9	木	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 練乳蒸しパン	牛乳 ムーンライト
10	金	牛乳 マンビス	サバの味噌煮	ほうれん草とウイナー卵炒め	野菜スープ	10	金	いちご	ごはん	白身魚	フルーツヨーグルト	牛乳 ハッピーターン
11	土	牛乳 ウエハース	三色丼	かにかまサラダ		11	土	みかん缶	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 おにぎりせんべい	
12	日					12	日					
13	月	牛乳 白い風船	マ-ポー春雨	ブロッコリーツナマヨ	じゃがいもの味噌汁	13	月	りんご	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 カステラ	牛乳 まがりせんべい
14	火	のむヨーグルト 動物ビスケット	鮭のなかおちコロッケ	ごぼうサラダ	豆乳スープ	14	火	黄桃缶	ごはん	白身魚	牛乳 ブルベリモード レヌ	牛乳 カトリマム
15	水	牛乳 アパマンビス				15	水			鶏ミンチ	牛乳 プリンアラモード	牛乳 ムーンライト
16	木	牛乳 きなこせんべい	かいのトマトソース焼き	千切り大根と鶏肉の炒め物	小松菜の味噌汁	16	木	バナナ	ごはん	白身魚	牛乳 マロン フルクトスト	牛乳 ミニサラダ
17	金	のむヨーグルト マンビスケット	肉じゃが	うどんゴマドレサラダ	コンソメスープ	17	金	オレンジ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 チキンナゲット	牛乳 白い風船
18	土					18	土					
19	日					19	日					
20	月	のむヨーグルト 動物ビスケット	鯖のネギ味噌焼き	ほうれん草とエノツナマヨ	のっぺい汁	20	月	いちご	ごはん	白身魚	牛乳 芋かりんとう	牛乳 雪の宿
21	火					21	火					
22	水	のむヨーグルト 白い風船	ロースカツ	加ワワサラダ たまごやき	バゲティポリタージュ しゅうまい	22	水	パイナップル	ゆかりおにぎり	鶏ミンチ	牛乳 チーズと源氏パイ	牛乳 マリー
23	木	牛乳 リッツ	しいらのカレーマヨ焼き	高野豆腐の卵とじ	レタススープ	23	木	りんご	ごはん	白身魚	牛乳 いちごアイス じゃりパン	牛乳 ハッピーターン
24	金	牛乳 アパマンビス	鶏肉のBBQ風	コーンサラダ	青さの味噌汁	24	金	バナナ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 ケークサレ	牛乳 カトリマム
25	土	牛乳 きなこせんべい	ミネストローネ	ツナと胡瓜の和風サラダ		25	土	ぶどうゼリー	クロワッサン	鶏ミンチ	のむヨーグルト ミニたい焼き	牛乳 おかし
26	日					26	日					
27	月	牛乳 ウエハース	白身魚の野菜あんかけ	ピーマン炒め	南瓜の味噌汁	27	月	パイナップル	ごはん	白身魚	牛乳 チーズケーキ	牛乳 ミニサラダ
28	火	のむヨーグルト マンビス	チキン南蛮	コーンスロー	ペ-コともやしのスープ	28	火	みかん缶	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 キングドーナツ	牛乳 ムーンライト
29	水	牛乳 卵ボーロ	サバのゴマ味噌焼き	大豆の五目煮	けんちん汁	29	水	バナナ	ごはん	白身魚	牛乳 ハートニッパ ショガードーナツ	牛乳 まがりせんべい
30	木	のむヨーグルト 白い風船	すき焼き風	加ワワとりんごのサラダ	もずくスープ	30	木	オレンジ	ごはん	鶏ミンチ	牛乳 お好み焼き	牛乳 マリー
31	金	牛乳 リッツ	塩鮭	レバーの甘辛煮	豚汁	31	金	黄桃缶	ごはん	白身魚	牛乳 フォックアップクッキー	牛乳 ハッピーターン

< 介護献立 >

◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆

3月 対象	主 菜 全 員	副 菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	主 食 全 員	
1	水	ししゃも	金平ごぼう	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
2	木	五目豆	キャベツの塩昆布和え	胡瓜漬け	厚揚げの味噌汁	御飯
3	金	さんま	ペンネサラダ	高菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
4	土	がんもの煮物	高野豆腐とエビの卵とじ	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
5	日	南瓜の煮物	納豆	胡瓜漬け	人参の味噌汁	御飯
6	月	ししゃも	ひじきの炒り煮	たくあん	じゃがいもの味噌汁	御飯
7	火	豆腐の卵とじ	千切り大根の煮物	めんたいこ	ほうれん草の味噌汁	御飯
8	水	卵の花	カリフラワーの塩昆布和え	べったら漬け	南瓜の味噌汁	御飯
9	木	オムレツ	ゼー	りんごジャム	南瓜スープ	食パン
10	金	いこみこうや	五目豆	野沢菜漬け	大根葉の味噌汁	御飯
11	土	ひじきの炒り煮	しゅうまい	たいみそ	油揚げの味噌汁	御飯
12	日	さんま	カリフラワーの金平	しば漬け	小松菜の味噌汁	御飯
13	月	南瓜の煮物	納豆	胡瓜漬け	えのきの味噌汁	御飯
14	火	ゼー	ウインナー	チョコジャム	野菜スープ	ロールパン
15	水	ししゃも	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
16	木	ほうれん草シーマイ	ブロッコリーのおかか和え	胡瓜漬け	しめじの味噌汁	御飯
17	金	金平ごぼう	オムレツ	桜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
18	土	いわしの梅煮	キャベツの塩昆布和え	胡瓜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
19	日	がんもの煮物	五目豆	たいみそ	豆腐の味噌汁	御飯
20	月	ししゃも	豆腐の卵とじ	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
21	火	南瓜の煮物	納豆	梅干し	キャベツの味噌汁	御飯
22	水	切り干し大根の煮物	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	めんたいこ	人参の味噌汁	御飯
23	木	さんまの生姜煮	カリフラワーの金平	つぼ漬け	小松菜の味噌汁	御飯
24	金	いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	のり佃煮	えのきの味噌汁	御飯
25	土	小松菜のおひたし	高野豆腐とエビの卵とじ	味噌漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
26	日	がんもの煮物	ほうれん草しゅうまい	つぼ漬け	しめじの味噌汁	御飯
27	月	いわしの梅煮	キャベツの塩昆布和え	胡瓜漬け	油揚げの味噌汁	御飯
28	火	切り干し大根の煮物	納豆	桜漬け	なめこの味噌汁	御飯
29	水	オムレツ	ゼー	マーメレードジャム	南瓜のスープ	ロールパン
30	木	ししゃも	ひじきの炒り煮	沢庵	人参の味噌汁	御飯
31	金	いこみこうや	卵焼き	めんたいこ	もやしの味噌汁	御飯

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

3月		主 菜	副菜	介護系副菜	スープ	デザート	主 食	午後おやつ
対象		全 員	全 員	全 員	全 員	全 員	全 員	全員・放課後
1	水	南瓜コロッケ	ごまドレサラダ	アパのソテー 奈良漬け	そうめん汁	洋梨缶	御飯	カブリコ 星食べよ
2	木	鶏肉のオーロラ焼き	カワワの加マヨサラダ	インゲンの胡麻和え 梅干し	南瓜の味噌汁	フルーツカクテル	御飯	黒チョコパン
3	金	鯖の青しそ焼き	青しそサラダ	炒り豆腐 昆布佃煮	オクラの味噌汁	バナナ	御飯	ひなあられ 甘酒
4	土	ちゃんぽん	ブロッコリーかにかまサラダ	南瓜しゅうまい		プリン		紫芋饅頭
5	日	牛肉の甘辛煮	ささ身のマヨ和え	ベイクドエッグ しば漬け	ほうれん草のすまし汁	甘夏みかん缶	御飯	カステラ
6	月	鶏肉のパーベキュー風	胡瓜とワケメの酢の物	じゃこと大根菜の炒め物 味噌漬け	もずくスープ	りんご	御飯	かっぱえびせん アルフォート
7	火	魚の三味焼き	ビーフンサラダ	大根の和え物 梅干し	豚汁	いちご	御飯	水ようかん
8	水	ポークカレー	海藻サラダ	らっきよ 福神漬け		バナナ	御飯	黒砂糖蒸しパン
9	木	鮭のチーズフライ	五色なます	キャベツの卵とじ 高菜漬け	ミネストローネ	りんご	御飯	ミニサラダ きのかたけのこ
10	金	八宝菜	ポテトサラダ	昆布とちくわの炒り煮しば漬け	もやしのスープ	パイ缶	御飯	きなこドーナツ
11	土	親子丼	柚子ドレサラダ	なす漬け	えのきとかまぼこのすまし汁	ぶどうゼリー	御飯	さつま芋と栗のタルト
12	日	塩サバ	ブロッコリーのバター炒め	揚げ茄子の鶏ミンチ煮 沢庵	キャベツの味噌汁	フルーツミックス	御飯	チョコパイ
13	月	ムツのネギたれ	竹輪と切り干し大根のサラダ	ソーセージ炒め 白菜漬け	ごぼうの味噌汁	りんご	麦御飯	キャロットケーキ
14	火	チキン南蛮	スバゲティサラダ	野菜たっぷりサラダ 高菜漬け	コーンスープ	プリン	御飯	スイートポテト
15	水	カレイチリソース	胡瓜とトマトのサラダ	キャベツの胡麻炒め 味噌漬け	けんちん汁	オレンジ	御飯	もみじ饅頭クリーム
16	木	ポークケチャップ	ツナコーンサラダ	インゲンのマヨ炒め 昆布佃煮	呉汁	いちご	御飯	ガトーレズン サッポロ味ト
17	金	鶏肉の照り焼き	ハムともやしの中華和え	さつま芋のいとこ煮 沢庵	かきたま汁	りんご	御飯	メンバームフィン
18	土	三色丼	和風サラダ	しば漬け	ビーフン汁	ヨーグルト	御飯	二色あんぱい
19	日	豚肉の味噌炒め	ブロッコリーのあんかけ	卵焼き 梅干し	玉ねぎの味噌汁	フルーツミックス	御飯	豆乳ドーナツ
20	月	白身魚の野菜みぞれあんかけ	炒り豆腐	カワワの炒め物 さくら漬け	人参の味噌汁	りんご	御飯	ロールケーキ (パニ)
21	火	ラーメン	ブロッコリーのツナマヨ	餃子		青りんごゼリー		スイスバウム 雪の宿
22	水	煮込みハンバーグ	胡瓜とトマトのサラダ	ほうれん草の白和え はりはり漬け	豆腐と揚げの味噌汁	杏仁豆腐	御飯	誕生日ケーキ
23	木	鯖の味噌煮	コールスロー	厚揚げの煮物 なす漬け	にら玉スープ	りんご	御飯	シュークリーム
24	金	青椒肉絲	じゃがいもチーズ煮	トマトサラダ 桜漬け	豚汁	いちご	御飯	じゃりパン
25	土	カレイのバター醤油焼き	里芋の胡麻煮	白菜の和え物 野沢菜漬け	もやしの味噌汁	洋梨缶	御飯	ミニたい焼き
26	日	さわらの磯辺焼き	青梗菜の中華炒め	厚焼き玉子 梅干し	さつま芋の味噌汁	パイ缶	御飯	カスタードケーキ
27	月	鮭のムニエル	ブロッコリーとアモド' サラダ	さつま揚げの金平 高菜漬け	小松菜の味噌汁	甘夏みかん缶	御飯	フルーツヨーグルト
28	火	回鍋肉	チーズサラダ	南瓜の煮つけ 奈良漬け	レタススープ	りんご	御飯	ミニピット サッポロ味ト
29	水	磯辺フライ	りんごサラダ	小松菜の炒め物 茄子漬け	肉団子スープ	バナナ	御飯	かえでの実
30	木	ますのゆかり焼き	白菜の和え物	里芋の田楽 梅干し	大根の味噌汁	みかん	御飯	コーンとチーズのケーキ
31	金	豚肉のべっこう煮	ほうれん草とコーンのツナナムル	ジャーマンポテト 茄子漬	鶏ゴボウ汁	いちご	御飯	バナナパン

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

3月	主 菜		副菜 (1)		副菜 (2)		スープ		デザート		主 食	
対象	全員 (五福deごはん)		全員 (五福deごはん)		全員 (五福deごはん)		全員 (五福deごはん)		全員 (五福deごはん)		全員 (五福deごはん)	
1	水	ますの南蛮漬け	春雨サラダ	大根梅おかか和え	ごま味噌汁	コーヒーゼリー	御飯	べったら漬け				
2	木	マーボー豆腐	豆サラダ	わかめの酢の物	ウイナー春雨スープ	オレンジ	御飯	つぼ漬け				
3	金	鯖の味噌バター焼き	ブロッコリーサラダ	さつまいものりんご煮	梅ソーメンのすまし汁	女雛饅頭	ちらし寿司	奈良漬け				
4	土	タンドリーチキン	もやしのじゃこ炒め	春菊の煮びたし	えび団子スープ	バナナ	御飯	茄子漬け				
5	日	太刀魚の塩焼き	キャベツとコーンのサラダ	南瓜のおとし揚げ	油揚げの味噌汁	黄桃缶	御飯	白菜漬け				
6	月	鯖の揚げ煮	ツナトマトサラダ	なすの田舎煮	きのこ味噌汁	杏仁豆腐	御飯	昆布佃煮				
7	火	大分風とり天	フルーツサラダ	南瓜のそぼろ煮	ベーコンともやしのスープ	オレンジ	御飯	桜漬け				
8	水	鯖西京焼き	金平ごぼう	ツナと胡瓜の和風サラダ	ほうとう汁	キウイ	御飯	たくあん				
9	木	鶏肉のネギみそ焼き	ひじきのサラダ	さつまいもの煮物	大根の味噌汁	いちご	御飯	奈良漬け				
10	金	ますのおろし煮	ビーフン炒め	ほうれん草の胡麻和え	青梗菜のトロトロスープ	オレンジ	十穀米御飯	梅干し				
11	土	鯖のごま醤油焼き	西京みそドレサラダ	鶏レバーのしぐれ煮	玉ねぎの味噌汁	バナナ	御飯	べったら漬け				
12	日	肉団子の甘酢あんかけ	かたし和え	かたし和え	コンソメスープ	甘夏みかん缶	御飯	茄子漬け				
13	月	漬け込み焼き鳥	ブロッコリー和風サラダ	白菜とツナの煮物	もずくのかきたま汁	いちご	御飯	はりはり漬け				
14	火	サワラの西京焼き	ほうれん草のピーナツ和え	里芋の煮物	わかめの味噌汁	りんご	御飯	沢庵				
15	水	すき焼き風	南瓜サラダ	卵焼き	茄子の味噌汁	ピーチゼリー	御飯	桜漬け				
16	木	しいらの洋風焼き	鶏肉とキャベツのパスタ	青菜ときのこのお浸し	ポテトオニオンスープ	キウイ	麦御飯	野沢菜漬け				
17	金	カレーライス	エビカツ	ひじきとチーズのサラダ	煮豆	バナナ	御飯	らっきょ 福神漬け				
18	土	鶏肉の塩麹焼き	きのこの酢の物	煮豆	ソーセージスープ	いちご	御飯	高菜漬け				
19	日	ぶりの照り焼き	コーンサラダ	オクラの湯葉和え	白菜の味噌汁	甘夏みかん缶	御飯	はりはり漬け				
20	月	コースかつ	胡瓜のツナサラダ	アスパラソテー	とろろ昆布汁	オレンジ	御飯	沢庵				
21	火	鶏肉と里芋の煮物	ほうれん草のしらす和え	ひじきの炒り煮	マカロニスープ	パイナップル	御飯	沢庵				
22	水	鮭の味噌マヨ焼き	レンコンの炒め物	リャンパンサンズウ	ニラときのこのスープ	バナナ	御飯	昆布佃煮				
23	木	豚肉の生姜焼き	たらこのポテサラ	白菜の卵とじ	ほうれん草のシチュー	抹茶パバロア	御飯	べったら漬け				
24	金	海老フライ	シーザーサラダ	なすときのこのポン炒め	青さの味噌汁	オレンジ	炊き込みご飯	奈良漬け				
25	土	ミートローフ	五目豆	トマトと蒸し鶏の香味中華サラダ	白菜のコトコトスープ	バナナ	御飯	しば漬け				
26	日	赤魚の煮つけ	ささ身のマヨ和え	豆腐チキンボール	豆乳みそスープ	みかん缶	御飯	茄子漬け				
27	月	からあげ	もやしのナムル	カニ入りサラダ	トマトスープ	ぶどうゼリー	わかめ御飯	たくあん				
28	火	魚のアップルソース	高野豆腐の卵とじ	ごぼうサラダ	小松菜の味噌汁	オレンジ	御飯	しば漬け				
29	水	肉じゃが	うどんサラダ	インゲンと人参のマヨおかか和え	キャベツの味噌汁	いちご	御飯	白菜漬け				
30	木	ハヤシライス	鶏肉の三味焼き	シーワートサラダ	茄子ときのこのポン酢炒め	バナナ	御飯	福神漬け				
31	金	スズキオリエンタル	かたし和え	厚揚げの卵とじ	キノコスープ	りんご	御飯	白菜漬け				