

< 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	主 食 全 員	デザート 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	3月 対象
1	土	白い風船	ハヤシライス	マカロニサラダ		ごはん	ぶどうゼリー	鶏ミンチ	牛乳 雪の宿	牛乳 おかし	1 土
2	日										2 日
3	月	マンナビスケット	ちらし寿司	一口白身フライ	すまし汁	ごはん	いちご	白身魚	カルピス ひなあられ	牛乳 カントリーマーム	3 月
4	火	動物ビスケット	鶏肉のチリソース	炒り豆腐	キャベツの味噌汁	ごはん	黄桃缶	鶏ミンチ	牛乳 ロールケーキ	牛乳 ミニサラダ	4 火
5	水	ハーベスト	シイラのマヨパン粉焼き	リャンパンサンスウ	コンソメスープ	ごはん	りんご	白身魚	牛乳 パナナ ホームパイ	牛乳 まがりせんべい	5 水
6	木	卵ボーロ	生姜焼き	コールスロー	厚揚げの味噌汁	ごはん	パイナップル	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 ムーンライト	6 木
7	金	きなこせんべい	鯖のカレーマヨ焼き	千切り大根と鶏肉の炒め	ニラときのこのスープ	ごはん	オレンジ	白身魚	牛乳 アップルケーキ	牛乳 ハッピーターン	7 金
8	土	アンパンマンビスケット	ミートソーススパ	ブロッコリーのツナマヨ		パスタ	フルーツカクテル	白身魚	牛乳 おにぎりせんべい	牛乳 おかし	8 土
9	日										9 日
10	月	リッツ	マーボー豆腐	春雨とささみの酢の物	じゃがいもの味噌汁	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 いちご蒸しパン	牛乳 味しらべ	10 月
11	火	白い風船	カレーライス	トマトサラダ		ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳 おふのラスク	牛乳 雪の宿	11 火
12	水	マンナビスケット	塩鮭 ナポリタン	カリフラワーのサラダ	卵焼き ナゲット	彩り野菜にぎり	パイナップル	白身魚	牛乳 パームクーヘン	牛乳 マリー	12 水
13	木	マンナウエハース	鶏肉のバーベキュー風	パンプキンサラダ	なめこの味噌汁	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 フォイロ' スカット	13 木
14	金	動物ビスケット	カレイのバター醤油焼き	ほうれん草とコーンのツナナムル	のっぺい汁	ごはん	いちご	白身魚	リンゴジュース フライドポテト	牛乳 ぼたぼたやき	14 金
15	土	アンパンマンビスケット	ミネストローネ	チーズサラダ		クロワッサン	黄桃缶	白身魚	牛乳 ミニたい焼き	牛乳 おかし	15 土
16	日										16 日
17	月	卵ボーロ	鯖のネギ味噌焼き	ビーフン炒め	もやしの味噌汁	ごはん	バナナ	白身魚	牛乳 芋かりんとう	牛乳 星食べよう	17 月
18	火	リッツ	チキン南蛮	サウザンドレサラダ	もずくスープ	ごはん	パイナップル	鶏ミンチ	青りんごゼリー ハッピーターン	牛乳 フォイロ' スカット	18 火
19	水	マンナウエハース						白身魚	牛乳 フレンチトースト	牛乳 カントリーマーム	19 水
20	木					ごはん					20 木
21	金	きなこせんべい	炒り鶏	うどん胡麻ドレサラダ	青さの味噌汁	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	フルーチェ ミニサラダ	牛乳 ホームパイ	21 金
22	土										22 土
23	日										23 日
24	月	マンナビスケット	にべの野菜甘酢あんかけ	ひじきの炒り煮	かぼちゃの味噌汁	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳 お好み焼き	牛乳 ムーンライト	24 月
25	火	白い風船	ロースカツ	ほうれん草とチーズの胡麻和え	ベーコンともやしのスープ	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳 カステラ	牛乳 味しらべ	25 火
26	水	動物ビスケット	サバの胡麻みそ焼き	里芋のそぼろ煮	かきたま汁	ごはん	バナナ	白身魚	牛乳 ブルーベリーチーズケーキ	牛乳 まがりせんべい	26 水
27	木	マンナウエハース	すぎ焼き風	カリフラワーとりんごのサラダ	しめじの味噌汁	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳 ミニパン	牛乳 ミニサラダ	27 木
28	金	ハーベスト	塩サバ	レバー甘辛煮	豚汁	ごはん	黄桃缶	白身魚	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 雪の宿	28 金
29	土	卵ボーロ	ちゃんぽん	シーザーサラダ		ちゃんぽん	バナナ	白身魚	牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳 おかし	29 土
30	日										30 日
31	月	きなこせんべい	からあげ	ポテトサラダ	ほうれん草の味噌汁	ごはん	フルーツカクテル	鶏ミンチ	牛乳 チョコチップクッキー	牛乳 星食べよう	31 月

< 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	土 ひじきの炒り煮	ブロッコリーの塩昆布和え	やさいふりかけ	厚揚げの味噌汁	御飯
2	日 ペンネサラダ	ほうれん草しゅうまい	つぼ漬け	わかめの味噌汁	御飯
3	月 高野豆腐と海老の卵とじ	いわしの梅煮	桜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
4	火 南瓜の煮物	納豆	しば漬け	人参の味噌汁	御飯
5	水 金平ごぼう	じゃがいものコーンクリーム煮	たくあん	南瓜の味噌汁	御飯
6	木 豆腐の卵とじ	切り干し大根の煮物	あおかつば	ほうれん草の味噌汁	御飯
7	金 卵の花	キャベツの塩昆布和え	やさいふりかけ	大根の味噌汁	御飯
8	土 五目豆	カリフラワーの金平	たいみそ	小松菜の味噌汁	御飯
9	日 いこみこうや	さんまの生姜煮	鮭ふりかけ	大根葉の味噌汁	御飯
10	月 ひじきの炒り煮	しゅうまい	桜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
11	火 オムレツ	ソテー	イチゴジャム	南瓜スープ	食パン
12	水 南瓜の煮物	納豆	つぼ漬け	えのきの味噌汁	御飯
13	木 春雨サラダ	豆腐の卵とじ	やさいふりかけ	じゃがいもの味噌汁	御飯
14	金 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
15	土 ほうれん草しゅうまい	ブロッコリーのおかか和え	野沢菜漬け	しめじの味噌汁	御飯
16	日 オムレツ	金平ごぼう	のりの佃煮	キャベツの味噌汁	御飯
17	月 五目豆	キャベツの塩昆布和え	高菜漬け	油揚げの味噌汁	御飯
18	火 がんもの煮つけ	インゲンの胡麻和え	たいみそ	人参の味噌汁	御飯
19	水 ソテー	ウイナー	チョコジャム	野菜スープ	ロールパン
20	木 南瓜の煮物	納豆	しその実漬け	キャベツの味噌汁	御飯
21	金 切り干し大根の煮物	いわしの梅煮	めんたいこ	豆腐の味噌汁	御飯
22	土 揚げ茄子の鶏ミンチ煮	カリフラワーの金平	のりの佃煮	小松菜の味噌汁	御飯
23	日 高野豆腐とエビの卵とじ	インゲンの胡麻和え	味噌漬け	えのきの味噌汁	御飯
24	月 いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	やさいふりかけ	玉ねぎの味噌汁	御飯
25	火 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
26	水 春雨サラダ	キャベツの塩昆布和え	めんたいこ	油揚げの味噌汁	御飯
27	木 切り干し大根の煮物	納豆	桜漬け	なめこの味噌汁	御飯
28	金 オムレツ	ソテー	マーマレードジャム	南瓜のスープ	ロールパン
29	土 ししゃも	ひじきの炒り煮	たいみそ	人参の味噌汁	御飯
30	日 いこみこうや	ブロッコリーのおかか和え	のりの佃煮	もやしの味噌汁	御飯
31	月 五目豆	さんまの生姜煮	梅干し	小松菜の味噌汁	御飯

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

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	デザート 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1	土 ちゃんぽん	大根の加えマヨ	紅生姜		ちゃんぽん	プリン	酒まんじゅう
2	日 鮭の味噌バター焼き	キャベツとコーンのサラダ	しその実 あおかつぱ	オクラの味噌汁	御飯	洋梨缶	カブリコミニ 星食べよ
3	月 牛肉の甘辛煮	パンキンサラダ	梅干し べつたら漬	卵スープ	御飯	フルーツカクテル缶	ひなあられ 甘酒
4	火 鶏のきのこ甘酢あんかけ	ひじきと豆の炒り豆腐	高菜漬 たくあん	ほうれん草のすまし汁	御飯	オレンジ	黒砂糖蒸しパン
5	水 ポークカレー	海藻サラダ	らっきょう 福神漬		御飯	バナナ	かばえびせん アルフォート
6	木 鯖の三味焼き	ビーフンサラダ	奈良漬 胡瓜風味	豚汁	御飯	パイナップル	水ようかん
7	金 鶏肉のオーロラ焼き	胡瓜とわかめの酢の物	桜漬 らっきょう	コーンスープ	御飯	りんご	クリームパン
8	土 三色丼	トマトサラダ	白菜漬	ビーフン汁	御飯	ヨーグルト	ミニサラダ きのこたけのこ
9	日 肉団子の甘酢あんかけ	ブロッコリーのサラダ	しば漬 茄子漬	もやしのスープ	御飯	パイナップル	紫芋饅頭
10	月 ポークケチャップ	ツナサラダ	胡瓜風味 しその実	キャベツの味噌汁	御飯	オレンジ	さつまいと栗のタルト
11	火 鮭のパン粉焼き	なめこのあんかけ	たくあん 紅生姜	筍の彩汁	御飯	りんご	チョコバイ
12	水 ムツのネギたれ	竹輪と切り干し大根のサラダ	昆布佃煮 しば漬	ごぼうの味噌汁	御飯	オレンジ	金柑のマドレーヌ
13	木 チキン南蛮	スパゲティ胡麻ドレサラダ	高菜漬 白菜漬	白菜のスープ	御飯	プリン	スイートポテト
14	金 カレイチリソース	胡瓜とチーズのサラダ	福神漬 しば漬	けんちん汁	御飯	りんご	ミボン(メープルマフィン)
15	土 親子丼	柚子ドレサラダ	茄子漬	えのきとかまぼこのすまし汁	御飯	ぶどうゼリー	ガトーゼン サッポロポテト
16	日 豚肉の塩だれ炒め	コーンサラダ	たくあん 奈良漬	かきたま汁	御飯	フルーツミックス	もみじ饅頭
17	月 さばの甘辛あんかけ	ほうれん草の白和え	しば漬 福神漬	ソーセージスープ	御飯	りんご	二色あんぱい
18	火 青椒肉絲	ブロッコリーのあんかけ	味噌漬 べつたら漬	玉ねぎの味噌汁	御飯	パイナップル	ロールケーキ(パナラ)
19	水 豚肉の生姜焼き	炒り豆腐	桜漬 白菜漬	人参の味噌汁	御飯	オレンジ	コーンとチーズのケーキ
20	木 鯖のカレームニエル	ブロッコリーの和え物	らっきょう しば漬	豚汁	御飯	黄桃缶	クリームコンフェ
21	金 煮込みハンバーグ	コールスロー	はりはり漬 奈良漬	油揚げの味噌汁	御飯	りんご	ミボン(じゃりパン)
22	土 ラーメン	大根ツナマヨサラダ	紅生姜		ラーメン	オレンジゼリー	シュークリーム
23	日 豚きゃべ味噌炒め	チーズサラダ	桜漬 高菜漬	もやしの味噌汁	御飯	洋梨缶	スイスパウム 雪の宿
24	月 塩鮭	マカロニサラダ	野沢菜漬 たくあん	呉汁	赤飯	饅頭	誕生日ケーキ
25	火 マーボー茄子	アガの中巻炒め	高菜漬 しその実漬	さつまいもの味噌汁	御飯	パイナップル	ミニたい焼き
26	水 タラのムニエル	ブロッコリーの和風サラダ	べつたら漬 らっきょう	小松菜の味噌汁	御飯	バナナ	フルーツヨーグルト
27	木 鶏肉の野菜みぞれあんかけ	和風サラダ	つば漬 白菜漬	レタススープ	御飯	りんご	カントリーマーム サッポロポテト
28	金 メンチカツ	カリフラワーのサラダ	ナポリタン 卵焼き	肉団子スープ	ひろしおにぎり	フルーツカクテル缶	ミボン(あんぱん)
29	土 鯖のゆかりマヨ焼き	おかか和え	高菜漬 茄子漬	大根の味噌汁	御飯	パイナップル	カスタードケーキ
30	日 豚肉のべっこう煮	ほうれん草とコーンツナナムル	しその実 紅生姜	きのこのスープ	御飯	黄桃缶	かえでの実
31	月 鯖のみぞれ煮	春雨と豚肉の醤油炒め	味噌漬 つば漬	青さの味噌汁	御飯	オレンジ	ケーキサレ

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

3月	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	主 食	デザート	
対象	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	五福deごはんのみ	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	施設のみ
1	土 マーボー豆腐	わかめの酢物	南瓜の落とし揚げ 昆布佃煮	ウイナー春雨スープ	御飯	パイナップル	昆布佃煮 しば漬け
2	日 豚肉のキムチ炒め	もやしとツナの和え物		きのこの汁	御飯	黄桃缶	高菜漬け たくあん
3	月 塩サバ	ブロッコリーサラダ	白菜漬け	筍のすまし汁	ちらし寿司	雑饅頭	白菜漬け 福神漬け
4	火 ぶりの照り焼き	ささ身のマヨ和え	さつま揚げの煮物 甘酢生姜	青梗菜の卵トロトロスープ	御飯	りんご	甘酢生姜 しその実漬け
5	水 鮭の揚げ煮	ツナトマトサラダ	茄子の田舎煮 野沢菜漬け	きのこの味噌汁	御飯	コーヒーゼリー	野沢菜漬け つぼ漬け
6	木 大分風とり天	フルーツサラダ	煮豆 茄子漬け	もずくスープ	御飯	オレンジ	茄子漬け かつおかりんご漬け
7	金 ますのおろし煮	金平ごぼう	ツナと胡瓜の和風サラダ 甘酢生姜	ほうとう汁	御飯	キウイ	甘酢生姜 しば漬け
8	土 豚肉のネギ味噌炒め	ひじきのサラダ	卵焼き たくあん	ペ-コンのスープ	御飯	バナナ	たくあん 高菜漬け
9	日 太刀魚の塩焼き	アパ-うまやしのバター炒め		油揚げの味噌汁	御飯	みかん缶	梅干し あおかつば漬け
10	月 エビカツ	こまドレサラダ	鶏レバーのしぐれ煮 べつたら漬け	ソーメン汁	御飯	バナナ	べつたら漬け 白菜漬け
11	火 八宝菜	ポテトサラダ	胡瓜の酢味噌和え 茄子漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯	キウイ	茄子漬け 野沢菜漬け
12	水 漬け込み焼き鳥	ブロッコリーの和風サラダ	白菜とツナの煮物 桜漬け	かきたま汁	御飯	バナナ	桜漬け あおかつば漬け
13	木 鯖の味噌焼き	ほうれん草和え物	里芋と大根の煮物 甘酢生姜	わかめの味噌汁	御飯	りんご	甘酢生姜 かつおかりんご漬け
14	金 すき焼き風煮	南瓜サラダ 桜漬け	アパ-うときのこのボン酢炒め	茄子の味噌汁	御飯	パイナップル	桜漬け 奈良漬け
15	土 ホキのピザ風焼き	鶏小間とキャ-の Pasta	青菜ときのお浸し かつおかりんご漬け	ポテトオニオンスープ	十六穀米	バナナ	かつおかりんご漬け 白菜漬け
16	日 鯖の胡麻醬油焼き	ハムともやしの中華和え		白菜の味噌汁	御飯	甘夏みかん缶	梅干し しその実漬け
17	月 鶏肉の塩麴焼き	きのこの酢物	ペンネサラダ 白菜漬け	ミネストローネ	御飯	オレンジ	白菜漬け 甘酢生姜
18	火 カレーライス	ひじきとチーズのサラダ	白身魚フライ らっきょう 福神漬け		御飯	バナナ	らっきょう 福神漬け
19	水 鯖の味噌煮	ほうれん草のしらす和え	アパ-うのソテー	とろろ昆布汁	御飯	抹茶ババロア	たくあん 茄子漬け
20	木 鶏肉と里芋の煮物	胡瓜とツナのサラダ	白和え 高菜漬け	ポトフ風スープ	御飯	パイナップル	高菜漬け 甘酢生姜
21	金 赤魚の煮つけ	リャンバンサンズウ	レンコンの炒め物	にらときのこのスープ	御飯	バナナ	昆布佃煮 野沢菜漬け
22	土 鶏肉のトマトソース	たらこのポテサラ	五目豆 べつたら漬け	ほうれん草のシチュー	御飯	りんご	べつたら漬け あおかつば漬け
23	日 あじの照り焼き	ささ身のマヨ和え		青さの味噌汁	御飯	パイ缶	茄子漬け 胡瓜風味
24	月 筑前煮	ほうれん草の白和え	トマトの中華サラダ しば漬け	白菜のコトコトスープ	御飯	オレンジ	しば漬け 梅干し
25	火 カレイのアップルソース	高野豆腐の卵とじ	ごぼうサラダ 白菜漬け	大根葉の味噌汁	御飯	バナナ	白菜漬け 桜漬け
26	水 唐揚げ	もやしのナムル	キャベツサラダ たくあん	トマトスープ	御飯	キウイ	たくあん しば漬け
27	木 ぶりの煮つけ	シーザーサラダ	おろし和え 梅干し	豆乳味噌スープ	炊き込みご飯	オレンジ	梅干し しその実漬け
28	金 肉じゃが	うどんサラダ	インゲンのマヨおかか和え 白菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯	杏仁豆腐	白菜漬け あおかつば漬け
29	土 ハヤシライス	シークワースードレサラダ	鶏肉の照り焼き ささ身の味噌マヨ和え 福神漬け		御飯	りんご	福神漬け
30	日 タラのケチャップ焼き	カリフラワーのマヨサラダ		ごぼう汁	御飯	みかん缶	白菜漬け べつたら漬け
31	月 ロースかつ	スパゲティサラダ	里芋の胡麻煮 高菜漬け	ペ-コンポテトスープ	御飯	イチゴゼリー	高菜漬け しその実漬け