

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
3月1日(水) 3月15日(水)	牛乳 りんご	ごはん すきやき風煮 炒めなます	米 / 焼ふ、牛肉、豆腐、しらたき、はくさい、たまねぎ、人参、葉ねぎ、さば節 等 / 大根、人参 等	牛乳 五平餅
3月3日(金) 3月17日(金)	牛乳 せんべい	ごはん 豚肉の生姜焼き 味噌汁 はっさく	米 / 豚肉、人参、ピーマン、たまねぎ、キャベツ、しょうが、しょうゆ 等 / (絹)豆腐、緑豆もやし、チンゲンツアイ、さば節、味噌 等 / はっさく	コーンフレークの牛乳かけ
3月4日(土) 3月18日(土)	牛乳 清見オレンジ	牛丼 味噌汁	米、牛肉、しらたき、たまねぎ、人参、ほうれん草、さば節 等 / じゃがいも、たまねぎ、葉ねぎ、さば節、味噌 等	牛乳 レーズンパン ももゼリー
3月6日(月) 3月20日(月)	牛乳 りんご	ごはん、エコふりかけ 煮魚 添え野菜 味噌汁	米 / さば節 等 / 鯛、だし昆布、しょうが 等 / 小松菜 等 / 油揚げ、たまねぎ、キャベツ、葉ねぎ、さば節、味噌 等	牛乳 肉うどん
3月7日(火) 3月30日(木)	牛乳 いちご	のりごはん ひじきの五目煮 味噌汁	米、きざみのり / 牛肉、油揚げ、しらたき、ひじき、人参、れんこん、グリーンピース、さば節 等 / さつまいも、たまねぎ、小松菜、さば節、味噌 等	牛乳 揚げパン
3月8日(水) 3月22日(水)	牛乳 せんべい	ごはん 魚のから揚げ、りんごソース 茹で野菜 じゃがいものスープ	米 / たら、片栗粉 等 / りんご(缶)、しょうが、にんにく、しょうゆ、ウスターソース 等 / キャベツ、人参、さやいんげん 等 / ベーコン、じゃがいも、ほうれん草、ブイオン 等	牛乳 甘夏みかん 米ボン菓子
3月9日(木) 3月23日(木)	牛乳 せんべい	ごはん 牛肉と野菜の炒めもの 中華スープ いよかん	米 / 牛肉、ピーマン、キャベツ、人参、たまねぎ、しょうゆ、ウスターソース 等 / (絹)豆腐、生しいたけ、チンゲンツアイ、ブイオン 等 / 伊予かん	牛乳 ジャムサンド
3月10日(金) 3月24日(金)	牛乳 デコボン	ピビンパ 白菜のスープ煮	米、牛肉、切干し大根、にら、人参、緑豆もやし、ほうれん草、しょうが 等 / はるさめ、はくさい、人参、ブイオン 等	(10日)牛乳 (10日)ミニゼリー、アップルパン (24日)牛乳 (24日)赤飯
3月11日(土) 3月25日(土)	牛乳 せんべい	ピラフ 味噌スープ はっさく	米、鶏肉、たまねぎ、人参、グリーンピース(冷)、ブイオン 等 / (絹)豆腐、じゃがいも、チンゲンツアイ、ブイオン、味噌 等 / はっさく	牛乳 いもパン ぶどうゼリー
3月13日(月) 3月27日(月)	牛乳 せんべい	ふりかけごはん 照り焼き魚 白あえ 味噌汁	米、ふりかけ / ブリ 等 / 豆腐、ほうれん草、人参 等 / 大根、えのきたけ、葉ねぎ、さば節、味噌 等	牛乳 いよかん おかき
3月16日(木)	牛乳 りんご	山菜ごはん 焼き魚 おかか煮 味噌汁	米、だし昆布、ふき、たけのこ(水煮)、しらたき、しめじ、人参 / さわら 等 / はくさい、ほうれん草、花かつお 等 / 大根、たまねぎ、糸みつば、さば節、味噌 等	牛乳 さつまいも入りおはぎ
3月28日(火)	牛乳 せんべい	ビーフカレー 甘酢煮 甘夏みかん	米、牛肉、じゃがいも、たまねぎ、人参、グリーンピース、にんにく、しょうが、カレー粉、ブイオン、トマトケチャップ、ウスターソース、チャツネ、上新粉 等 / キャベツ、きゅうり、コーン(冷) 等 / 甘夏みかん	牛乳 わかめおこわ
3月29日(水)	牛乳 せんべい	ごはん ポークビーンズ 炒めサラダ ぼんかん	米 / 豚肉、じゃがいも、だいず、人参、たまねぎ、ブイオン、ウスターソース、トマトケチャップ 等 / ベーコン、はくさい、エリンギ、人参 等 / ぼんかん	牛乳 焼芋
3月31日(金)	牛乳 りんご	ごはん みそ焼き肉 すまし汁	米 / 牛肉、人参、たまねぎ、にら、緑豆もやし、キャベツ、味噌 等 / (絹)豆腐、わかめ、たまねぎ、人参、さば節 等	牛乳 かぼちゃマフィン
お別れ会 3月14日(火)	牛乳 おかき	カツカレー 甘酢煮 甘夏みかん	米、豚ヒレ肉、小麦粉、パン粉、牛肉、じゃがいも、人参、グリーンピース、たまねぎ、にんにく、しょうが、カレー粉、ブイオン、トマトケチャップ、ウスターソース、チャツネ、上新粉 等 / キャベツ、きゅうり、コーン(冷) 等 / 甘	牛乳 スティックケーキ
誕生会 3月2日(木)	牛乳 おかき	ちらし寿司 菜の花のおかか煮 すまし汁 みかん	米、だし昆布、凍り豆腐、干しいたけ、人参、コーン(冷)、きざみのり、きゅうり、塩さけ、さば節 等 / なばな、はくさい、花かつお 等 / 絹豆腐(冷)、わかめ、糸みつば、さば節 等 / みかん(缶)	牛乳 ハンバーグドッグ

月平均栄養価(3歳以上児)

月平均栄養価(3歳未満児)

エネルギー 611kcal たんぱく質 23.8g 脂質 18.5g

エネルギー 518kcal たんぱく質 20.7g 脂質 16.7g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

