

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
3月1日(金)	牛乳 せんべい	ごはん 高豆腐の旨煮 味噌汁	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,干しいたけ,さば節 等 / 切干し大根,ほうれん草,はくさい,さば節,味噌 等	牛乳 いよかん おかき
3月2日(土) 3月16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 みかんゼリー
3月4日(月) 3月18日(月)	牛乳 せんべい	ごはん 照り焼き魚 白あえ 味噌汁 	米 / 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 はっさく おかき
3月5日(火) 3月19日(火)	牛乳 いちご	ごはん エコふりかけ ひじきの五目煮 味噌汁	米 / さば節 等 / 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 五平餅 
3月6日(水)	牛乳 せんべい	ごはん ポークビーンズ 炒めサラダ	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	牛乳 ぼんかん 米ボン菓子
3月8日(金) 3月22日(金)	(8日)牛乳 (8日)せんべい (22日)牛乳 (22日)清見オレンジ	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,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	(8日)牛乳 (8日)みかん,せんべい (22日)牛乳 (22日)赤飯
3月9日(土) 3月23日(土)	牛乳 せんべい	中華丼 味噌汁 はっさく	米,豚肉,干しいたけ,はくさい,人参,たまねぎ,ブイオン,片栗粉 等 / 大根,人参,葉ねぎ,さば節,味噌 等 / はっさく	牛乳 アップルパン ももゼリー
3月11日(月) 3月25日(月)	牛乳 デコボン	ピピンパ 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	(11日)牛乳 (11日)ジャムサンド (25日)牛乳 (25日)わかめごはん
3月13日(水) 3月27日(水)	牛乳 せんべい	ごはん 煮魚 添え野菜 味噌汁 	米 / カラスガレイ,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 はっさく 米ボン菓子
3月14日(木) 3月28日(木)	牛乳 せんべい	ごはん 豚肉の生姜焼き 中華スープ いよかん	米 / 豚肉,人参,ピーマン,たまねぎ,キャベツ,しょうが 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 肉うどん
3月15日(金) 3月29日(金)	牛乳 りんご	ごはん 牛肉と野菜の炒めもの 味噌汁	米 / 牛肉,ピーマン,キャベツ,人参,たまねぎ,ウスターソース 等 / 油揚げ,じゃがいも,ほうれん草,さば節,味噌 等	牛乳 揚げパン 
3月21日(木)	牛乳 せんべい	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 等 / 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 デコボン おかき
3月26日(火)	牛乳 せんべい	ビーフカレー 甘酢煮 いちご 	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 / 苺	牛乳 焼芋
3月30日(土)	牛乳 せんべい	ピラフ 味噌スープ 甘夏みかん	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 / 甘夏みかん(缶)	牛乳 パンパン りんごゼリー
お別れ会 3月12日(火)	牛乳 せんべい	カツカレー 甘酢煮 いちご	米,豚ヒレ肉,小麦粉,パン粉,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 / 苺	牛乳 さつまいも入りおはぎ
誕生会 3月7日(木)	牛乳 せんべい	ちらし寿司 菜の花のおかか煮 すまし汁 甘夏みかん	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,塩ざけ,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 / 甘夏みかん(缶)	牛乳 ハンバーグドッグ 

月平均栄養価(3歳以上児)

エネルギー 589kcal たんぱく質 23.4g 脂質 17.1g

月平均栄養価(3歳未満児)

エネルギー 501kcal たんぱく質 20.4g 脂質 15.4g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

