





3月6日(月)から3月10日(金)はそら組のリクエスト献立です♥

日	曜	献立名	主要材料			間食	乳児おやつ(午前)
			血や肉や骨になるもの	熱や力になるもの	身体の調子をよくするもの		乳児・幼児おやつ(午後)
1	水	ジャージャーうどん もやしスープ 一口ゼリー	牛乳, 豆腐, 豚挽肉, みそ	うどん, 砂糖, 菓子, 油, ごま	バナナ, チンゲン菜, 人参, きゅうり, 玉葱 にんにく, もやし, 干椎茸, みかん缶	牛乳 チーズ ミルク 牛乳かん 菓子	
2	木	御飯 魚のごまみそ焼き にしき和え 沢煮わん	牛乳, 煮干し, カレイ, 豚肉, 卵 スキムミルク, 中みそ	小麦粉, 精白米, 砂糖, 油, バター, ごま	小松菜, 人参, 葱, キャベツ, ごぼう だけのご水煮, 玉葱, ホールコーン缶 もやし, 生椎茸, 黄桃缶, バナナ	牛乳 果物 ミルク ピーチケーキ	
3	金	 ひな祭りプレート 					
4	土	スパゲティナポリタン 野菜スティック 果物	牛乳, ベーコン	菓子, スパゲティ, 油, マヨネーズ	トマトピューレ, 人参, ピーマン きゅうり, 大根, 玉葱, ホールコーン缶 にんにく, しめじ茸, レモン汁, オレンジ	牛乳 菓子 牛乳 メロンパン風トースト	
6	月	御飯 クリームシチュー フレンチサラダ 果物	牛乳, 若鶏肉, 卵, スキムミルク	小麦粉, 精白米, じゃが芋, 砂糖, 油, ごま	人参, グリンピース, キャベツ きゅうり, 玉葱, コーン缶 マッシュルーム缶, バナナ	牛乳 菓子 ミルク 青りんごゼリー 菓子	
7	火	カレーうどん 和え物 果物	牛乳, しらす干し, 若鶏挽肉	菓子, うどん, じゃが芋, 砂糖, 油 さつまいも, 小麦粉	小松菜, 人参, 葱, 生姜, 玉葱, にんにく もやし, 木耳, オレンジ	牛乳 果物 お茶 スイートポテトドーナツ	
8	水	チャーハン ナムル わかめスープ	牛乳, 豆腐, 焼き豚, 塩わかめ	精白米, 砂糖, 油, ごま油, ごま 小麦粉, きな粉	りんご, 人参, 葱, グリンピース, きゅうり 玉葱, コーン缶, もやし, 木耳	牛乳 果物 ミルク きなこクッキー	
9	木	パン 魚のバーベキューソースかけ 粉ふきいも 牛乳スープ	牛乳, 粉かつお, 鮭, 豚肉, ベーコン 卵, スキムミルク, 青のり粉	小麦粉, マカロニ, 精白米, じゃが芋 砂糖, 油	オレンジ, チンゲン菜, 人参, 葱 パセリ, キャベツ, 玉葱, しめじ茸 りんご, レモン汁	牛乳 果物 ミルク アメリカドック	
10	金	牛丼 甘酢漬け 果物	豆乳, 牛肉	精白米, 米粉, 糸こんにゃく, 砂糖, 油 パン	小松菜, 人参, 葱, ごぼう, 生姜, 玉葱 もやし, 木耳, バナナ	牛乳 チーズ ミルク 揚げパン	
11	土	野菜ラーメン 中華サラダ 果物	牛乳, 豚肉, 焼き豚	菓子, 中華そば, 砂糖, 油, ごま油	チンゲン菜, 人参, 葱, キャベツ きゅうり, 生姜, しなちく, 玉葱 ホールコーン缶, もやし, 木耳, オレンジ	牛乳 菓子 牛乳 かぼちゃパバロア 菓子	
13	月	御飯 ごま味スープ ボイルウィンナー 和風サラダ	牛乳, きな粉, 絹豆腐, 厚揚げ, かつお節 豚肉, ウィンナー, スキムミルク 塩わかめ, 白みそ, 中みそ	精白米, 食パンじゃが芋, 砂糖 油, ごま	トマト, 人参, 葱, キャベツ, きゅうり 大根, 生椎茸	牛乳 一口ゼリー ミルク ごまトースト	
14	火	御飯 筑前煮 ごま酢和え 果物	牛乳, ちくわ, 若鶏肉, 卵	精白米, じゃが芋, 砂糖, ごま油, ごま	さやいんげん, 小松菜, 人参, ごぼう だけのご水煮, もやし, 木耳, バナナ	牛乳 菓子 お茶 ナゲット	
15	水	御飯 豆腐のミートソースグラタン キャベツスープ 果物	牛乳, 豆腐, 若鶏挽肉, ベーコン, 卵 スキムミルク, チーズ	ロールパン, 精白米, 砂糖, 油 マヨネーズ	りんご, トマトピューレ, 人参, パセリ ブロッコリー, グリンピース, キャベツ 玉葱, ホールコーン缶, にんにく しめじ茸, オレンジ	牛乳 果物 ミルク 菜の花サンド	

日	曜	献立名	主要材料			間食	乳児おやつ(午前)
			血や肉や骨になるもの	熱や力になるもの	身体の調子をよくするもの		乳児・幼児おやつ(午後)
16	木	御飯 魚とわかめの煮付け ごま和え 切干大根のみそ汁	牛乳、厚揚げ、煮干し、さわら ヨーグルト、生わかめ、中みそ	小麦粉、精白米、さつまい、砂糖 油、バター、ごま	バナナ、人参、葱、ほうれん草 切干大根、玉葱、白菜、もやし、生椎茸	牛乳 果物 お茶 わかめおにぎり	
17	金	ピビンバ わかめスープ 果物	牛乳、豆腐、牛肉、スキムミルク、塩わかめ 赤みそ、チーズ	精白米、さつまい、砂糖、ごま油、ごま	チンゲン菜、人参、葱、生姜、玉葱 太もやし、生椎茸、バナナ	牛乳 チーズ ミルク クラッカーサンド ブルーン	
18	土	肉うどん はりはり和え 果物	牛乳、しらす干し、かつお節、かまぼこ 牛肉、刻み昆布、ハム	菓子、うどん、砂糖	チンゲン菜、人参、葱、切干大根 玉葱、オレンジ	牛乳 菓子 牛乳 ハムチーズ蒸しパン	
20	月	御飯 春けんちん 焼きししゃも いそ煮	牛乳、茹大豆、豆腐、煮干し、ししゃも さつまい揚げ、若鶏肉、ひじき	小麦粉、強力粉、精白米、砂糖、油 ごま油、ごま、黒ごま	さやいんげん、人参、葱、キャベツ ごぼう、たけのこ水煮、生椎茸	牛乳 チーズ お茶 ごませんべい	
21	火	春分の日					
22	水	御飯 魚のチーズ風味天ぷら 付け合せ 玉葱のみそ汁	牛乳、きな粉、油揚げ、煮干し、カレイ 粉チーズ、中みそ	精白米、砂糖、油	りんご、人参、葱、フロッコリー 玉葱、しめじ茸	牛乳 果物 お茶 ぼたもち	
23	木	パン ヘルシーミートローフ 付け合せ 野菜スープ	牛乳、小豆、きな粉、しぼり豆腐 豚挽肉、ハム、卵、スキムミルク	パン、パン粉、精白米、もち米 じゃが芋、砂糖、油、米粉	オレンジ、人参、パセリ、キャベツ 玉葱、しめじ茸	牛乳 果物 ミルク 米粉ココア蒸しパン	
24	金	カラフル焼肉丼 華風スープ 果物	牛乳、豆腐、牛肉、卵、スキムミルク、みそ	小麦粉、精白米、砂糖、油	バナナ、チンゲン菜、人参、ピーマン 赤ピーマン、キャベツ、生姜、玉葱 黄ピーマン、しめじ茸、レモン汁、オレンジ	牛乳 果物 ミルク フライドポテト	
25	土	和風スパゲッティ フロッコリーのサラダ 果物	牛乳、ツナ缶、もみのり	菓子、スパゲティ、砂糖、油、ごま油	チンゲン菜、人参、フロッコリー キャベツ、玉葱、ホールコーン缶 木耳、しめじ茸、バナナ	牛乳 菓子 牛乳 ボンデケージョ	
27	月	御飯 親子煮 和え物 果物	牛乳、高野豆腐、ちくわ、若鶏肉 ハム、卵、スキムミルク、チーズ	精白米、食パン、じゃが芋、砂糖、油	チンゲン菜、人参、葱、ピーマン キャベツ、玉葱、もやし、バナナ	牛乳 菓子 ミルク ピザトースト	
28	火	御飯 鶏肉のみそ漬け焼き 酢の物 豆腐のすまし汁	牛乳、豆腐、しらす干し、かつお節 若鶏肉、卵、ヨーグルト、スキムミルク チーズ、昆布、中みそ、牛乳	小麦粉、精白米、砂糖、バター	バナナ、小松菜、人参、葱、きゅうり 大根、玉葱、にんにく、えのき茸	牛乳 果物 ミルク チーズマフィン	
29	水	御飯 厚揚げのカレー煮 パンサンスー 果物	牛乳、厚揚げ、豚肉、ハム 粉チーズ、チーズ	精白米、じゃが芋、でん粉、春雨、砂糖 油、ごま油、ごま	人参、パセリ、グリーンピース、キャベツ きゅうり、玉葱、にんにく、木耳、オレンジ	牛乳 チーズ お茶 ポテトもち	
30	木	ご飯 魚のムニエル フレンチサラダ クリームコーンスープ	牛乳、鮭、ベーコン、ハム、スキムミルク チーズ	小麦粉、精白米、砂糖、油 マーガリン、食パン、きな粉	バナナ、人参、パセリ、赤ピーマン キャベツ、きゅうり、玉葱、レモン クリームコーン缶、コーン缶、みかん缶	牛乳 一口ゼリー ミルク きな粉ラスク	
31	金	御飯 春雨スープ 果物 牛肉と野菜のオイスターソース炒め	牛乳、豆腐、牛肉、ヨーグルト、スキムミルク	精白米、春雨、油、ごま油	オレンジ、チンゲン菜、人参、葱 赤ピーマン、玉葱、もやし、黄ピーマン 木耳、生椎茸、みかん缶、パイン缶 黄桃缶、バナナ、りんご	牛乳 果物 ミルク フルーツヨーグルト	



今年も1年間「おいしい～」とたくさん給食を食べてくれてありがとう！
「ごちそうさま」「美味しかったよ」の声がすごくうれしかったです☆
そら組さんは小学校に行っても美味しい給食をいっぱい食べてね！
4月からも美味しい給食をたくさん作りますよ☆

