



月	火	水	木	金	土
				1日 ひなまつり ひなまつり寿司 <small>鮭フレーク・人参・コーン・絹さや ごま・すし酢・酢・七分付米</small> 鶏肉の甘辛焼き <small>鶏もも肉・塩麹・三温糖・しょうゆ・片栗粉</small> みそだし和え <small>かぼちゃ・キャベツ・人参・みそ・三温糖 しょうゆ・酢・ごま油</small> 清汁 <small>豆腐・わかめ・しょうゆ・塩</small>	2日 ちゃんこうどん <small>豚肉・白菜・まいたけ・玉ねぎ・乾麺・塩麹 三温糖・みりん・しょうゆ・塩・油</small> 和え物 <small>さつまいも・カリフラワー・人参・しょうゆ・三温糖</small>
				4日 炊き込みごはん <small>れんこん・人参・三つ葉・みりん・しょうゆ 七分付米</small> 鶏肉のカレー焼き <small>鶏もも肉・しょうゆ・みりん・カレー粉・小麦粉・油</small> じゃこ和え <small>長いも・ほうれん草・パプリカ・ちりめんじゃこ しょうゆ</small> 清汁 <small>かぶ・キャベツ・玉ねぎ・しょうゆ・塩</small>	5日 さばのパン粉焼き <small>鯖・塩麹・しょうゆ・みりん・パン粉・パセリ粉</small> ひじき煮 <small>ひじき・えのき・三度豆・昆布・三温糖・しょうゆ・油</small> ポン酢和え <small>大根・小松菜・人参・かぼす果汁・すし酢 しょうゆ</small> スープ <small>さつまいも・レタス・豆腐・しょうゆ・塩・コンソメ</small>
11日 わかめごはん <small>わかめ・ちりめんじゃこ・ごま・しょうゆ・ 七分付米</small> 鶏肉の梅焼き <small>鶏もも肉・みりん・しょうゆ・三温糖・梅肉 片栗粉</small> ナムル <small>白菜・れんこん・人参・エリンギ・しょうゆ 三温糖・ごま油</small> 清汁 <small>長いも・畑菜・しょうゆ・塩</small>	12日 かげお弁当日 ハンバーグ <small>豚ミンチ・玉ねぎ・塩麹・パン粉・ケチャップ・ ウスターソース・しょうゆ・みりん・三温糖</small> もやしのカレー炒め <small>もやし・ベーコン・かぼちゃ・しょうゆ・三温糖 カレー粉・油</small> 春雨サラダ <small>キャベツ・人参・春雨・しょうゆ・酢・油</small> 豆乳みそ汁 <small>大根・小松菜・白ねぎ・豆乳・みそ</small>	13日 お別れ遠足(たいよう) さわらの柚庵焼き <small>豚・柚子・酒・三温糖・しょうゆ・みりん・片栗粉・ 油</small> 野菜炒め <small>ブロッコリー・玉ねぎ・つきこんにゃく・昆布・油・ しょうゆ・三温糖</small> さつまいもサラダ <small>さつまいも・チンゲン菜・人参・マヨドレ・しょうゆ</small> スープ <small>豆腐・菜の花・えのき・しょうゆ・塩・コンソメ</small>	14日 豚肉と切干の炒め煮 <small>豚肉・切干大根・人参・三度豆・油・しょうゆ 三温糖・みりん・だし汁</small> 甘辛ポテト <small>じゃがいも・酒・三温糖・みりん・しょうゆ・ごま油</small> 酢の物 <small>ほうれん草・レタス・パプリカ・酢・しょうゆ すし酢</small> みそ汁 <small>ごぼう・もやし・水菜・みそ</small>	15日 お誕生会 おすし <small>高野豆腐・かんぴょう・ちりめんじゃこ・人参・ 絹さや・三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢 七分付米</small> 鶏肉の玉ねぎソース <small>鶏もも肉・塩麹・玉ねぎ・酒・みりん・三温糖・ 酢・しょうゆ・片栗粉</small> 磯部和え <small>小松菜・かぶ・金時豆・しょうゆ・焼きのり</small> クリームコーンスープ <small>キャベツ・人参・クリームコーン・しょうゆ・塩 コンソメ</small>	16日 豚じゃが丼 <small>豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参・糸こんにゃく ブロッコリー・酒・三温糖・みりん・しょうゆ 片栗粉</small> 清汁 <small>鮭・チンゲン菜・しょうゆ・塩</small>
18日 ベーコンピラフ風 <small>ベーコン・玉ねぎ・人参・しょうゆ・みりん 七分付米</small> 鶏肉のごま焼き <small>鶏もも肉・酒・みりん・しょうゆ・ごま油・片栗粉</small> ゆかりサラダ <small>大根・チンゲン菜・もやし・ゆかり粉・しょうゆ</small> 清汁 <small>さつまいも・レタス・しょうゆ・塩</small>	19日 鮭の磯辺焼き <small>生鮭・みりん・しょうゆ・青のり・片栗粉</small> かりんとう風炒め <small>ごぼう・れんこん・人参・じゃがいも・油・三温糖・ 黒砂糖・しょうゆ・水</small> 甘酢和え <small>小松菜・カリフラワー・パプリカ・すし酢・三温糖・ しょうゆ</small> みそ汁 <small>油揚げ・わかめ・しめじ・みそ</small>	20日 春分の日 オートミールクッキー オレンジ 牛乳 <small>オートミール・小麦粉・三温糖・塩・油</small> おにぎり りんご 牛乳 <small>梅肉・塩・ごま・七分付米</small> キーマライス <small>豚ミンチ・玉ねぎ・コーン カレー粉・三温糖・しょうゆ・ケチャップ・塩・ 七分付米</small> ローストチキン <small>鶏手羽元・塩麹・みりん・しょうゆ・三温糖・油</small> マヨドレサラダ <small>じゃがいも・ほうれん草・人参・マヨドレ・しょうゆ</small> スープ <small>春雨・キャベツ・ニラ・しょうゆ・塩・コンソメ</small>	21日 お別れ会 キーマライス <small>豚ミンチ・玉ねぎ・コーン カレー粉・三温糖・しょうゆ・ケチャップ・塩・ 七分付米</small> ローストチキン <small>鶏手羽元・塩麹・みりん・しょうゆ・三温糖・油</small> マヨドレサラダ <small>じゃがいも・ほうれん草・人参・マヨドレ・しょうゆ</small> スープ <small>春雨・キャベツ・ニラ・しょうゆ・塩・コンソメ</small>	22日 チンジャオロース <small>豚肉・パプリカ(赤)・ピーマン・葱・生姜・油・酒 しょうゆ・三温糖・塩麹・片栗粉</small> 焼きかぼちゃ <small>かぼちゃ・三温糖・しょうゆ・油</small> ツナ和え <small>白菜・畑菜・人参・ツナ・しょうゆ・三温糖・油</small> 清汁 <small>かぶ・玉ねぎ・菜の花・しょうゆ・塩</small>	23日 卒園式
25日 ガパオライス風 <small>豚ミンチ・玉ねぎ・パプリカ・ごま油・三温糖・ しょうゆ・酒・みりん・パセリ粉・七分付米</small> 鶏肉のオーロラ焼き <small>鶏もも肉・塩麹・ケチャップ・マヨドレ</small> かつお和え <small>キャベツ・水菜・人参・かつお・しょうゆ</small> 清汁 <small>里いも・ほうれん草・しょうゆ・塩</small>	26日 白身魚の風味焼き <small>白身魚・かぼす果汁・みりん・しょうゆ</small> 大根の煮物 <small>大根・エリンギ・昆布・三温糖・みりん・しょうゆ・ 片栗粉</small> フレンチサラダ <small>小松菜・パプリカ・もやし・玉ねぎ・しょうゆ すし酢・オリーブ油</small> スープ <small>じゃがいも・ベーコン・白菜・しょうゆ・塩・コンソメ</small>	27日 厚揚げの中華炒め <small>厚揚げ・豚肉・玉ねぎ・しょうゆ・三温糖 みりん・ごま油・片栗粉</small> 長芋のオリーブ焼き <small>長いも・オリーブ油・塩麹</small> レモンサラダ <small>チンゲン菜・ブロッコリー・人参・三温糖 しょうゆ・レモン果汁</small> みそ汁 <small>れんこん・えのき・三つ葉・みそ</small>	28日 家庭保育協力日 クッキー オレンジ 牛乳 <small>小麦粉・豆乳・油・三温糖・塩</small> 29日 家庭保育協力日 かわりぼたもち りんご 牛乳 <small>七分付米・もち米・甘納豆・塩・きなこ</small>	30日 家庭保育協力日 せんべい <small>味しらべ(しょうゆせんべい)</small> せんべい <small>ばりんこ</small>	

乳児の朝おやつ 月～金 牛乳
主食 七分付米