

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日																			
<p style="text-align: center;"><b>ご卒園・ご進級おめでとうございます。</b></p> <p>今年度も残りあと1か月となりました。卒園を控えたほし組さんの食育はコロナの状況を見ながらきゅうり、ピーマン、さつまいも、かぶなどの野菜を育てたり、クリスマスのケーキの果物を買に行くお手伝いをしていただきました。給食室をのぞくほし組さんが「今日の給食は？」「おやつは？」とメニューを聞いてくれることもあり。3月最後の給食はほし組さんの好きなメニューを選びました。最後の給食を楽しいひと時になればいいと思います。そしてひつじ組・ぶどう組さんもこの1年で大きく成長されました。子どもたちの美味しく、楽しくいっぱい食べている姿を見ることができ、嬉しく思っております。これからの子どもたちの健やかなる成長を心よりお祈りいたします。最後に保護者のみなさまにはお弁当の日などに協力いただきましてありがとうございました。</p>																													
6	牛乳 米菓	7	牛乳 お菓子(クッキー)	8	牛乳 お菓子(煎餅)	9	牛乳 お菓子(煎餅)	10	牛乳 米菓	11	牛乳 お菓子(煎餅)																		
大根の炊き込み御飯	胚芽米 だいこん だいこん(葉) ハム 酒 しょうゆ 三温糖 塩	御飯	胚芽米	麦御飯	胚芽米 押麦	パン・コッパパン	コッパパン	御飯	胚芽米	焼きビーフン	ビーフン 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ あおのり ごま油 しょうゆ 塩 こしょう																		
ハンバーグ	牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ 油 こまつな 片栗粉 塩 こしょう ナツメグ	豚肉と昆布の炒め煮	豚肉 しょうが しょうゆ 酒 にんじん 刻みこんぶ ごま油 しょうゆ	さけのパン粉焼き	さけ パセリ パン粉 塩 にんにく 酒 油	鶏のから揚げ	鶏肉 しょうゆ 三温糖 塩 みりん しょうが にんにく 片栗粉 油	蒸しそばの照りつけ	そば 酒 みりん だし しょうゆ 片栗粉	南瓜のみそ汁	生揚げ かぼちゃ たまねぎ わかめ こまつな だし みそ																		
かぶときゅうりのサラダ	かぶ かぶ・葉 きゅうり 酢 三温糖 塩	キャベツのゆかり和え	キャベツ いんげん しそふりかけ 油 酢	小松菜とコーンの和え物	こまつな にんじん コーン しょうゆ 三温糖	ごぼうのサラダ	ごぼう にんじん きゅうり コーン マヨドレ 塩 酢	白菜とほうれん草のごま和え	はくさい ほうれんそう にんじん ごま 塩																				
中華スープ	貝柱 はるさめ キャベツ にんじん ほうれんそう ねぎ 中華だし 塩 しょうゆ ごま油	豆腐汁	豆腐 かぼちゃ たまねぎ こまつな にんじん しめじ 豆乳 こんぶ だし クリームコーン 塩	はくさいのみそ汁	はくさい にんじん えのきたけ ほうれんそう こんぶ だし しょうゆ 塩	コンソメスープ	ベーコン キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう えのきたけ コンソメ 塩	けんちん汁	鶏肉 豆腐 だいこん にんじん ごぼう しいたけ こまつな ごま油 こんぶ だし しょうゆ 塩																				
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																		
チヂミ	にら 豚ひき肉 コーン 塩 おから 片栗粉 ごま油 しょうゆ 三温糖	さつまいも かりんとう	さつまいも 油 三温糖	大豆粉のかぼちゃパン	米粉 大豆粉 片栗粉 塩 三温糖	お茶	番茶	お菓子	クッキー せんべい	お菓子	クッキー せんべい																		
ブルー	ブルー	いよかん	いよかん	りんご	りんご	お茶	番茶	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ																		
13	牛乳 米菓	14	牛乳 お菓子(クッキー)	15	牛乳 お菓子(煎餅)	16	牛乳 お菓子(煎餅)	17	牛乳 米菓	18	<b>そつえんしき</b>																		
カレーライス	胚芽米 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ピーマン なす 油 カレールウ スキムミルク ケチャップ ソース 塩 こしょう	マーボー豆腐	豆腐 豚ひき肉 たまねぎ ねぎ しょうが ごま油 みそ しょうゆ 酒 三温糖 片栗粉	白身魚のムニエル	かれい 塩 こしょう 小麦粉 オリーブ油	肉じゃが	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん こんにゃく いんげん 三温糖 しょうゆ 酒 油 だし	あじのごま焼き	あじ 塩 酒 ごま 油																				
コールスロー	キャベツ にんじん きゅうり 酢 油 塩	中華胡瓜	きゅうり 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油	キャベツとほうれん草の磯和え	キャベツ ほうれんそう えのきたけ だし しょうゆ 焼きのり	ブロッコリーと人参のごま和え	ブロッコリー にんじん ごま しょうゆ 三温糖	野菜ソテー	豚肉 キャベツ チンゲンサイ にんじん 油 塩 しょうゆ																				
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																		
麩のきなこまぶし	ふ バター 牛乳 きなこ 三温糖	かぼちゃのソフトクッキー	かぼちゃ 三温糖 油	簡単ピザ	ぎょうざの皮 ケチャップ たまねぎ 魚肉ソーセージ パセリ チーズ	みかんケーキ	ながいも 三温糖 みかん濃縮果汁 油 米粉 ベーキングパウダー	お菓子	クッキー せんべい	お菓子	クッキー せんべい																		
りんご	りんご	オレンジ	オレンジ	ブルー	ブルー	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ																		
20	牛乳 米菓	21	<b>春分の日</b>		22	牛乳 お菓子(煎餅)	23	牛乳 お菓子(煎餅)	24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(煎餅)																	
御飯	胚芽米	わかめ御飯	胚芽米 炊き込みわかめ	麦御飯	胚芽米 押麦	わかれ遠足	<b>わかれ遠足</b>		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																	
牛肉の焼肉風	牛肉 しょうが ピーマン たまねぎ にんじん なす 三温糖 しょうゆ みそ 油	いわしのつみれ揚げ	いわし ごぼう にんじん ひじき ねぎ しょうが 片栗粉 パン粉 みそ 三温糖 しょうゆ 油	ユーリンチー	鶏肉 酒 三温糖 塩 マヨドレ 片栗粉 油 しょうゆ 酢 ねぎ ごま	てりやき野菜丼	胚芽米 鶏肉 しょうゆ 酒 みりん 片栗粉 もやし キャベツ たまねぎ にんじん 油	豆腐のみそ汁	豆腐 にんじん たまねぎ わかめ ほうれんそう さといも だし みそ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																
切干大根のサラダ	切り干しだいこん きゅうり にんじん ツナ 酢 三温糖	きゅうりの酢の物	きゅうり にんじん わかめ 酢 三温糖 塩	チンゲン菜のツナあえ	チンゲンサイ キャベツ ツナ しょうゆ	豆乳のみそ汁	だいこん にんじん こまつな 納豆 ねぎ だし みそ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																
すまし汁	豆腐 にんじん たまねぎ しめじ ほうれんそう こんぶ だし しょうゆ	納豆のみそ汁	だいこん にんじん こまつな 納豆 ねぎ だし みそ	春雨のすまし汁	はるさめ ほうれんそう えのきたけ ねぎ にんじん こんぶ だし しょうゆ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																
豆腐	豆腐 三温糖 塩 豆乳 油 米粉	かみかみ	胚芽米 こまつな チーズ	海苔じゃこ	米粉パン 焼きのり マヨドレ	お菓子	クッキー せんべい	お菓子	クッキー せんべい	お菓子	クッキー せんべい	お菓子	クッキー せんべい																
ガトーショコラ	片栗粉 ベーキングパウダー ココア 粉糖	ごはんせんべい	黒ごま 干しえび しょうゆ	トースト	しらす干し	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ																
ブルー	ブルー	りんご	りんご	オレンジ	オレンジ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ																
27	牛乳 米菓	28	牛乳 お菓子(クッキー)	29	牛乳 お菓子(煎餅)	30	<b>午前中保育(弁当持参)</b>		31	<b>新年準備のため 休園</b>																			
麦御飯	胚芽米 押麦	御飯	胚芽米	パン・コッパパン	コッパパン	<b>午前中保育(弁当持参)</b>		<b>新年準備のため 休園</b>		<table border="1"> <tr> <td></td> <td>園基準</td> <td>3月1日平均</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>484</td> <td>445</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>18.1</td> <td>18.7</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>15.6</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>カルシウム</td> <td>229</td> <td>243</td> </tr> <tr> <td>鉄</td> <td>2.4</td> <td>2</td> </tr> </table>			園基準	3月1日平均	エネルギー	484	445	たんぱく質	18.1	18.7	脂質	15.6	14	カルシウム	229	243	鉄	2.4	2
	園基準	3月1日平均																											
エネルギー	484	445																											
たんぱく質	18.1	18.7																											
脂質	15.6	14																											
カルシウム	229	243																											
鉄	2.4	2																											
さばの塩焼き	さば 塩 油 酒	豚肉とキャベツのみそ炒め	豚肉 しょうが にんにく 酒 キャベツ たまねぎ ピーマン 赤ピーマン ねぎ 油 みそ しょうゆ 三温糖 塩	鶏の照り焼き	鶏肉 しょうゆ 油 三温糖 みりん 片栗粉																								
炒り豆腐	豆腐 ちくわ にんじん たまねぎ ひじき 干ししいたけ 油 しょうゆ みりん 三温糖 片栗粉 さやえんどう	パイコトじゃが	じゃがいも 油 塩 パセリ	ブロッコリーとコーンのサラダ	ブロッコリー コーン ノンオイルドレッシング																								
みそ汁	油揚げ さつまいも にんじん たまねぎ えのきたけ わかめ ねぎ だし みそ	ほうれん草のみそ汁	はくさい ほうれんそう ながいも えのきたけ にんじん ねぎ こんぶ だし しょうゆ	はるさめスープ	はるさめ チンゲンサイ にんじん えのきたけ コーン わかめ 中華だし 塩 ごま																								
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳																								
米粉蒸しパン・和風やさい	こまつな 米粉 片栗粉 ゆであすき	お菓子	クッキー せんべい	ポップコーン	とうもろこし 塩 油																								
ブルー	ブルー	バナナ	バナナ	りんご	りんご																								