

春野菜を食べよう

※日々安心・安全な食材を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児1日の昼食とおやつ分のカロリーです。
※乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※1日の幼児昼食おやつ分のカロリー基準：547kcal

	月 2	火 3 ひな祭り献立	水 4	木 5	金 6	土 7
朝食	ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 南瓜と人参の味噌汁 オレンジ	ひな祭りちらし寿司 鯖の西京焼き 菜の花としめじのお浸し 手まり麩のすまし汁 いちご	納豆の卵とじ丼 小松菜の胡麻和え 新ごぼうの味噌汁 でこぼん	ビーフカレー コロコロ野菜とチーズのサラダ ペイザンヌスープ フルーツゼリー	雑穀ご飯 鯖の揚げ焼きおろしあんかけ かぶと胡瓜の利休和え 里芋ときのこの味噌汁 清見オレンジ	豚肉の甘辛丼 もやしと人参のツナサラダ きのこの味噌汁 ヨーグルト
	おやつ みかんたっぷりケーキ 牛乳 Iエネルギー - 505 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 17.1 g 炭水化物 69.6 g	桜蒸しパン ひなあられ 緑茶 Iエネルギー - 441 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 8.4 g 炭水化物 73.4 g	フライドポテト ヨーグルトドリンク Iエネルギー - 480 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 9.0 g 炭水化物 85.4 g	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶 Iエネルギー - 594 kcal 蛋白質 17.0 g 脂質 18.5 g 炭水化物 94.0 g	鶏肉とひじきの炊き込みご飯 麦茶 Iエネルギー - 448 kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 11.8 g 炭水化物 73.2 g	ウエハース ヨーグルトドリンク Iエネルギー - 553 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 14.9 g 炭水化物 82.2 g
朝食	9 ご飯 筑前煮 ほうれん草のおかか和え 板麩とえのきの味噌汁 バナナ	10 胚芽ご飯 鯖のカラフル焼き 白菜と胡瓜の胡麻ドレッシング けんちん汁 はっさく	11 キャベツの塩焼きそば ブロッコリーとささみのさっぱり きのこ若布のスープ りんご	12 ご飯 鶏の磯部揚げ 新ごぼうと蓮根のマヨサラダ 豆腐と玉葱の味噌汁 いよかん	13 ご飯 豚肉とブロッコリーの塩麩炒め 胡瓜と若布の酢の物 ニラ玉味噌汁 ヨーグルト	14 ご飯 鶏じゃが キャベツと胡瓜のゆかり和え 切干大根の味噌汁 ヨーグルト
	おやつ トマトリゾット 麦茶 Iエネルギー - 443 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 8.3 g 炭水化物 79.2 g	パンプディング ヨーグルトドリンク Iエネルギー - 543 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 16.2 g 炭水化物 78.6 g	桜えびのおにぎり ごぼうチップス 麦茶 Iエネルギー - 487 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 20.2 g 炭水化物 65.0 g	マカロニきな粉 牛乳 Iエネルギー - 469 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 18.2 g 炭水化物 59.8 g	メロンパン 牛乳 Iエネルギー - 584 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 19.0 g 炭水化物 80.8 g	せんべい ヨーグルトドリンク Iエネルギー - 494 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 10.1 g 炭水化物 81.8 g
朝食	16 ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 南瓜と人参の味噌汁 オレンジ	17 ご飯 肉豆腐 大根の柚香和え かぶとしめじの味噌汁 バナナ	18 チキンカレー コロコロ野菜とチーズのサラダ ペイザンヌスープ フルーツゼリー	19 お楽しみ献立	20 ご飯 豚肉とブロッコリーの塩麩炒め 胡瓜と若布の酢の物 ニラ玉味噌汁 ヨーグルト	21 豚肉の甘辛丼 もやしと人参のツナサラダ きのこの味噌汁 ヨーグルト
	おやつ みかんたっぷりケーキ 牛乳 Iエネルギー - 505 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 17.1 g 炭水化物 69.6 g	挽肉チャーハン 麦茶 Iエネルギー - 521 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 11.9 g 炭水化物 88.5 g	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶 Iエネルギー - 468 kcal 蛋白質 15.0 g 脂質 10.3 g 炭水化物 81.6 g	いちごのロールケーキ ホットミルク Iエネルギー - 624 kcal 蛋白質 27.7 g 脂質 24.3 g 炭水化物 82.5 g		
23 ご飯 筑前煮 ほうれん草のおかか和え 板麩とえのきの味噌汁 バナナ	24 胚芽ご飯 鯖のカラフル焼き 白菜と胡瓜の胡麻ドレッシング けんちん汁 はっさく	25 キャベツの塩焼きそば ブロッコリーとささみのさっぱり きのこ若布のスープ りんご	26 ご飯 鶏の磯部揚げ 新ごぼうと蓮根のマヨサラダ 豆腐と玉葱の味噌汁 いよかん	27 ご飯 豚肉とブロッコリーの塩麩炒め 胡瓜と若布の酢の物 ニラ玉味噌汁 ヨーグルト		
おやつ 牡丹餅 せんべい ほうじ茶 Iエネルギー - 474 kcal 蛋白質 16.3 g 脂質 8.1 g 炭水化物 86.9 g	パンプディング ヨーグルトドリンク Iエネルギー - 543 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 16.2 g 炭水化物 78.6 g	お祝いクッキー お楽しみジュース Iエネルギー - 590 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 33.5 g 炭水化物 63.4 g	マカロニきな粉 牛乳 Iエネルギー - 469 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 18.2 g 炭水化物 59.8 g	メロンパン 牛乳 Iエネルギー - 584 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 19.0 g 炭水化物 80.8 g	せんべい ヨーグルトドリンク Iエネルギー - 494 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 10.1 g 炭水化物 81.8 g	
朝食	30 雑穀ご飯 鯖の揚げ焼きおろしあんかけ かぶと胡瓜の利休和え 里芋ときのこの味噌汁 清見オレンジ	31 卒園お祝い献立 ライス ハンバーグ☆セレクトソース☆ 白雪サラダ 洋風たまごスープ プランマンジェ				
	おやつ 鶏肉とひじきの炊き込みご飯 麦茶 Iエネルギー - 448 kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 11.8 g 炭水化物 73.2 g	プリンアラモード ミルクティー Iエネルギー - 692 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 31.8 g 炭水化物 84.9 g				