

春野菜を食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を返納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の1日の昼食とおやつ分です。
 乳児は8割で計算しています。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のカロリー基準: 549kcal

	月 2	火 3 ひなまつり	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 大根としめじの味噌汁 オレンジ	ひな祭りちらし寿司 鱈の西京焼き 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	ご飯 筑前煮 ほうれん草のおかか和え お麩とえのきの味噌汁 バナナ	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	桜蒸しパン ひなあられ 緑茶	フライドポテト ヨーグルトドリンク	鶏肉とひじきの炊き込みご飯 麦茶	ツナとチーズのおにぎり 麦茶	塩昆布おにぎり 牛乳
	I補† - 487 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 17.0 g 炭水化物 65.1 g	I補† - 441 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 8.4 g 炭水化物 73.4 g	I補† - 480 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 9.0 g 炭水化物 85.4 g	I補† - 590 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 19.0 g 炭水化物 94.0 g	I補† - 443 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 8.3 g 炭水化物 79.2 g	I補† - 562 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 84.4 g
	9	10	11	12	13	14
卒園リクエスト献立	スペシャルシチューライス フレンチサラダ 白菜とコーンのコンソメスープ お祝いいちごゼリー	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サラダ けんちん汁 はっさく	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和え きのこ若布のスープ りんご	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 クロワッサン 牛乳	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 マカロニきな粉 牛乳	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 ツナおにぎり 牛乳
おやつ	フルーツパフェ 牛乳	パンプディング ヨーグルトドリンク	桜えびのおにぎり ごぼうチップス 麦茶	クロワッサン 牛乳	マカロニきな粉 牛乳	ツナおにぎり 牛乳
	I補† - 471 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 25.0 g 炭水化物 51.2 g	I補† - 543 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 16.2 g 炭水化物 78.6 g	I補† - 487 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 20.2 g 炭水化物 65.0 g	I補† - 469 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 18.2 g 炭水化物 59.7 g	I補† - 625 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 16.7 g 炭水化物 90.5 g	I補† - 554 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.5 g 炭水化物 90.6 g
	16	17	18	19 お彼岸	20	21
昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 大根としめじの味噌汁 オレンジ	ご飯 肉豆腐 大根の柚香和え かぶとしめじの味噌汁 ヨーグルト	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	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		
おやつ	みかんたっぷりケーキ 牛乳	挽肉チャーハン 麦茶	フライドポテト ヨーグルトドリンク	牡丹餅 せんべい ほうじ茶	塩昆布おにぎり 牛乳	
	I補† - 487 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 17.0 g 炭水化物 65.1 g	I補† - 506 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物 83.2 g	I補† - 480 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 9.0 g 炭水化物 85.4 g	I補† - 562 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 11.2 g 炭水化物 103.0 g	I補† - 562 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 84.4 g	
	23	24	25	26 お楽しみ献立	27	28
昼食	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	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サラダ けんちん汁 はっさく	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和え きのこ若布のスープ りんご	わくわくナポリタン ミモザサラダ ポトフ風スープ フルーツヨーグルト	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 苺ジャムサンド 牛乳	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 ツナおにぎり 牛乳
おやつ	トマトリゾット 麦茶	パンプディング ヨーグルトドリンク	桜えびのおにぎり ごぼうチップス 麦茶	いちごのロールケーキ 牛乳	ツナおにぎり 牛乳	
	I補† - 443 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 8.3 g 炭水化物 79.2 g	I補† - 543 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 16.2 g 炭水化物 78.6 g	I補† - 487 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 20.2 g 炭水化物 65.0 g	I補† - 497 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 20.6 g 炭水化物 66.4 g	I補† - 625 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 16.7 g 炭水化物 90.5 g	I補† - 554 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.5 g 炭水化物 90.6 g
	30	31				
昼食	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	ご飯 肉豆腐 大根の柚香和え かぶとしめじの味噌汁 ヨーグルト				
おやつ	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶	挽肉チャーハン 麦茶			ヨーグルト 牛乳	
	I補† - 447 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 11.0 g 炭水化物 72.7 g	I補† - 506 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物 83.2 g			I補† - 506 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物 83.2 g	