

献立表

日	曜	おやつ	献立	材料	おやつ	
3	月	せんべい 麦茶	カレーライス チーズサラダ 福神漬 麦茶 果物	米 豚肉 玉ねぎ じゃがいも きゅうり 人参 チーズ レタス	ひなあられ 麦茶 果物	
4	火	果物	ちらし寿司 ローストチキン ブロッコリー胡麻和え すまし汁 果物	米 鶏肉 人参 れんこん しいたけ でんぶ 玉子 かんぴょう ブロッコリー	コーンフレーク 牛乳 果物	
5	水	パン 牛乳	けんちんうどん ししゃもからあげ 塩もみ 果物	乾麺 里芋 大根 人参 しいたけ 白菜 ねぎ 牛蒡 ししゃも	おにぎり ほうじ茶 果物	
6	木	かみかみ昆布 麦茶	鱈のみぞれかけ がんと野菜の煮物 味噌汁 果物	米 発芽玄米 鱈 大根 がんと 人参 しいたけ	ヨーグルト ふ菓子 果物	
7	金	せんべい 麦茶	チーズハンバーグ こぶき芋 人参甘煮 味噌汁 果物	米 雑穀 豚肉 玉ねぎ チーズ じゃがいも 人参	ふろふき大根 麦茶 果物	
10	月	ビスケット 麦茶	すき焼き風煮 浅漬け 味噌汁 果物	米 発芽玄米 豚肉 焼豆腐 しいたけ 人参 ねぎ 白滝 白菜 大根 人参	するめ 苺ミルク 果物	
11	火	果物	スパゲティミートソース グリーンサラダ 白菜スープ 果物	スパゲティ 豚挽肉 玉葱 人参 レタス ブロッコリー レーズン	黒糖ロール 牛乳 果物	
12	水	ヨーグルト 麦茶	親子丼 きんぴら 味噌汁 果物	米 鶏肉 玉子 玉ねぎ 人参 しいたけ 三つ葉 牛蒡	せんべい 麦茶 果物	
13	木	果物	カレーピラフ 唐あげ ポイルブロッコリ 野菜スープ 果物	米 鶏肉 人参 玉ねぎ ツナ缶 ブロッコリー きゅうり 白菜 じゃが芋	ヨーグルト ふ菓子 果物	
14	金	せんべい 麦茶	鱈のごま味噌焼き レタス 切り昆布炒め煮 味噌汁 果物	米 発芽玄米 鱈 昆布 人参 さつまあげ しいたけ	いもけんぴ 牛乳 果物	
17	月	ふかし芋 麦茶	八宝菜 春雨中華サラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 白菜 豚肉 筍 もやし きくらげ うずら卵 春雨 人参 レタス	ビスケット 苺ミルク 果物	
18	火	パン 牛乳	野菜うどん 竹輪磯辺揚げ 人参の天ぷら 塩もみ	乾麺 鶏肉 牛蒡 人参 しいたけ 大根 白菜 ねぎ 竹輪	フランスパン 牛乳 果物	
19	水	果物	豚肉みそ焼き 千キャベツ マカロニサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 豚肉 キャベツ マカロニ 人参 レタス マヨネーズ	ミルクゼリー 麦茶 果物	
20	木	せんべい 麦茶	鱈の竜田あげ 小松菜と油揚げの煮物 味噌汁 果物	米 発芽玄米 鱈 小松菜 油あげ 人参	おはぎ 麦茶 果物	
24	月	果物	筑前煮 ツナ和え 味噌汁 果物	米 雑穀 鶏肉 里芋 牛蒡 人参 しいたけ こんにゃく ツナ キャベツ きゅうり	じゃがバター 麦茶 果物	
25	火	パン 牛乳	納豆包みあげ 大根ときのこのサラダ 味噌汁 果物	米 発芽玄米 納豆 豚肉 ねぎ 大根 レタス しめじ えのき	手作りパン 牛乳 果物	
26	水	卒園式				
27	木	ふかし芋 麦茶	鮭フライタルタルソース 千キャベツ ひじきの炒め煮 味噌汁 果物	米 雑穀 鮭 玉ねぎ 玉子 キャベツ ひじき 人参 さつま揚げ	焼きそば 麦茶 果物	
28	金	果物	わかめご飯 松かさ焼き 高野豆腐煮つけ 味噌汁 果物	米 わかめ 鶏肉 玉ねぎ 人参 玉子 高野豆腐	ホットケーキ 牛乳 果物	

食材の入荷により献立が変更になることがあります
ご卒園おめでとうございます。 今月は青空さんリクエストメニューもふくまれています。

卒園式

みら