



ひ に ち	よ う び	し ゅ し ょ く	お か ず	さんしょくぶんるい			3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちやうしきととのえる	
1	金	※3 リクエスト クロワッサン	チーズハンバーグ ジャーマンポテト ちゅうかコーンスープ ガリガリくん(乳児…ゼリー) マンゴージュース	ふだにく ぎゅうにゅう たまご チーズ パー コン	クロワッサン パン サラダあぶら じゃがい も	たまねぎ にんにく パ セリ コーン	いちごジャムクッキー むぎちや
2	土	なのはなごはん	とりにくとだいこんのもの わかめのおかかあえ おすいもの むぎちや	たまご とりにく あつ あげ かつおぶし	こめ サラダあぶら さ とう ぶ	こまつな にんじん だ いこん たまねぎ わか め みつば	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう
4	月	年長 お楽しみ給食 ビビンバ	あじつきごさかな ぼんさんすい みそしる いちご むぎちや	ふだにく ハム たまご みそ	こめ さとう こま は るさめ	にんにく にんじん し いだけ ほうれんそう もやし きゅうり	フルーツポンチ ぎゅうにゅう
5	火	バターロール	チキンのトマトに プロッコリー バターコーン しめじとウィンナーのスープ ぎゅうにゅう	とりにく ウィナー ぎゅうにゅう	バターロール オリブ オイル さとう マヨ ネーズ	にんにく たまねぎ ト マト ビーマン プロッ コリー コーン	ツナとこまつなのおにぎり むぎちや
6	水	うめしらすごはん	しおダッカルビ だいこんナムル わかめのちゅうかスープ むぎちや	しらす とりにく ふた にく	こめ こま さとう サ ラダあぶら	にんにく にんじん な がねぎ にんにく キャ ベツ だいこん わかめ	バナナ ぎゅうにゅう
7	木	ごはん	しろみざかなのみそだれやしき ちくぜんに チンゲンサイのたまごスープ むぎちや	みそ しろみざかな と りにく ちくわ さつま あげ	こめ さとう こま こ んにやく かたくりこ	にんじん だいこん ご ぼろ れんこん ほし しいだけ チンゲンサイ	ハムマヨトースト ぎゅうにゅう
8	金	※1 リクエスト ラーメン	たこやき フライドポテト ブルーベリークレープ コーラ(乳児…ぎゅうにゅう)	なると かつおぶし た こ	ちゅうかゆん マヨネ ーズ じゃがいも	ながねぎ コーン やき のり あおのり	キャロットケーキ むぎちや
9	土	ごはん	ふだにくのパーベキューソースやき みそドレサラダ とうにゅうスープ むぎちや	ふだにく ハム みそ パーコン とうにゅう	こめ サラダあぶら こ ま さとう	にんにく しょうが た まねぎ にんじん きゅ うり キャベツ コーン	あまらせんべい ぎゅうにゅう
11	月	バイキング給食 ごはん (ふりかけ) (ゆかり)	キョウザ えびフライ ポテトサラダ プロッコリーあえ ウィナーのコンソメスープ シュアアイス(乳児…ゼリー) ジュース2しめるい	かつおぶし ハム ウィ ナー	こめ じゃがいも さと う マヨネーズ こま	にんじん きゅうり コーン プロッコリー たまねぎ キャベツ	コーンフレーク ぎゅうにゅう
12	火	※2 リクエスト メロンパン	やきとり さっぱりみかںサラダ エビソース いちごクレープ マミー	とりにく ハム パー コン	メロンパン さとう サ ラダあぶら マカロニ	きゅうり キャベツ み かん にんじん たまね ぎ パセリ	いなりすし むぎちや
13	水	ごはん	さげのタンドリーやき のりサラダ とうふとみずなのわふうスープ プリン ジュース	ヨーグルト さげ とう ふ	こめ こま さとう	にんにく にんじん え のきだけ ほうれんそう やきのり みずな	やさいちちみ むぎちや
14	木	あんかけやきそば	かたねぎチーズ おかかこんにやく バナナ ぎゅうにゅう	ふだにく かつおぶし ぎゅうにゅう	ちゅうかゆん かたくり こ こんにやく さとう	にんじん たまねぎ ほ ししいだけ もやし ほ くさい にんにく	ベリーミルクプリン むぎちや
15	金						ウエハース ぎゅうにゅう
16	土	ごはん	チキンピカタ スナッフえんどうとパーコンのソテー キャベツとハムのスープ むぎちや	とりにく たまご パー コン ハム	こめ こむぎこ サラダ あぶら バター	パセリ コーン スナッフ えんどう キャベツ	クラッカー ぎゅうにゅう
18	月	えびなチャーハン	シュウマイ たことキャベツのちゅうかサラダ たまねぎとコーンのスープ オレンジ むぎちや	たまご さくらえび ふ だにく とうにくと	こめ こま さとう	ながねぎ こまつな きゅうり キャベツ た まねぎ コーン	じゃがバター ぎゅうにゅう
19	火	ごはん	さばのしおやき ごもくひじき やさいたっぶりみそしる キウイフルーツ むぎちや	さば さつまあげ あぶ らあげ みそ	こめ さとう こんにゃ く こま	にんじん ひじき さや いんげん たまねぎ し めじ キャベツ	おからスコーン ぎゅうにゅう
21	木	ソースやきうどん	とうふのマヨサラダ ほうれんそうととりにくのわふうスープ いちご ぎゅうにゅう	ふだにく とうふ とり にく ぎゅうにゅう	サラダあぶら うどん マヨネーズ	にんじん たまねぎ し いだけ ビーマン キャ ベツ きゅうり	こめこのチーズむしパン むぎちや
22	金	しょくパン (ジャム)	チキンスターキ プロッコリーのマリネ はくさいスープ ぎゅうにゅう	とりにく パーコン ぎゅうにゅう	しょくパン サラダあぶ ら さとう オリブオ イル	にんにく たまねぎ プ ロッコリー ミニトマト しいだけ はくさい	カリカリうめおにぎり むぎちや
23	土	ごはん	マーボーとうふ もやしサラダ さつまいものあまに バナナ むぎちや	ふだにく みそ とうふ ハム	こめ かたくりこ こま さとう さつまいも	にんにく しょうが に んじん たまねぎ ほし しいだけ ながねぎ	しおせんべい ぎゅうにゅう
25	月	はるキャベツとツナの クリームスープバゲティ	スパニッシュオムレツ ほうれんそうとコーンのサラダ デコボン むぎちや	ぎゅうにゅう ツナ た まご パーコン	スパゲティ サラダあぶ ら さとう オリブオ イル	にんにく しめじ キャ ベツ にんじん たまね ぎ ビーマン コーン	こくとうおふうラスク ぎゅうにゅう
26	火	なめし	しろみざかなのねぎソースがけ やきビーフン レタスのちゅうかスープ むぎちや	かじき ふだにく とり にく	こめ かたくりこ さと う こま ビーフン	ながねぎ にんじん ほ ししいだけ もやし キャベツ えのきだけ	キウイフルーツ クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう
27	水	ごはん	ポテトのそぼろに にんじんしりしり こまつなごまあえ いちご むぎちや	ふだにく ツナ たまご	こめ じゃがいも ちく わぶ さとう かたくり こ こま	にんじん たまねぎ ほ ししいだけ もやし こ まつな いちご	パリパリピザ ぎゅうにゅう
28	木	バターロール	ポークチャップ シーフードサラダ カレースープ とうにゅう	ふだにく えび ウィ ナー とうにゅう	バターロール サラダ あぶら バター こむぎ こ	にんにく たまねぎ に んじん きゅうり キャ ベツ しょうが	おかかおにぎり むぎちや
29	金	ジャージャーめん	ほうれんそうのごまマヨあえ かきたまじる パイナップルのかんづめ むぎちや	ふだにく みそ ちくわ たまご	ちゅうかゆん さとう かたくりこ こま マヨ ネーズ	にんにく しょうが に んじん たまねぎ なが ねぎ ビーマン もやし	スイートパンフキン ぎゅうにゅう
30	土	たけのこごはん	あかうおにつけ だいこんのあさづけ おすいもの むぎちや	とりにく あぶらあげ あかうお とうふ	こめ さとう みりん	にんじん たけのこ しょうが こまつな きゅうり だいこん	クッキー ぎゅうにゅう

年長リクエスト給食
もうすぐ卒園する年長さんに
食べたいお給食を聞きました。
みんなの大好きなものがいっぱい
のメニューです。たくさん食べてね♪

年長お楽しみ給食～お寿司パーティ～
4日(月)
年長さんだけの特別メニューです。
いろいろな種類の中から食べたいネタを
選んで握りたてのお寿司をいただきます。

ひなまつり
1日(金)
10時のおやつとして
全員にひなあられを
提供します。

誕生会
13日(水)
おたんじょうび
おめでとう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります
☆補食として1・2才児には午前中に牛乳を提供します
☆延長保育用おやつは別途あります

今月の平均栄養摂取量(給食)	
エネルギー	499 kcal
たんぱく質	15.9 g

ルンビニー保育園