



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	ちょうしきととのえる	
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 むぎぢゃ
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 むぎぢゃ	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 ピビンバ	あじつきごさかな ぼんさんすい みそしる いちご むぎぢゃ	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ccoli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 オリーブ 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cc コリー コーン	ツナとこまつなのおにぎり むぎぢゃ
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 むぎぢゃ	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	しろみさ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 むぎぢゃ	みそ しろみさかな 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 ぼん 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 むぎぢゃ
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 むぎぢゃ	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	※1 バイクン給食 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ccoli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ccoli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 さっぱりみかんサラダ エービーソース 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 むぎぢゃ
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 むぎぢゃ
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 むぎぢゃ
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 むぎぢゃ	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 むぎぢゃ	たまご さくらえび ふ だにく さとう とりにく	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 やさいたっぷりみそしる キウィフルーツ むぎぢゃ	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 むぎぢゃ
22	金	しょくパン (ジャム)	チキンスターキ プロccoli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 オリーブオ イル	にんにく たまねぎ プ ロccoliー ミニトマト しいだけ はくさい	カリカリうめおにぎり むぎぢゃ
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 むぎぢゃ	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 むぎぢゃ	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 オリーブオ 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	しろみさ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 むぎぢゃ	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	キウィフルーツ 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 むぎぢゃ	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 むぎぢゃ
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 むぎぢゃ	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 むぎぢゃ	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♪

**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。

**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。

**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