



日曜	献立名	魚肉卵豆	乳海藻	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑪おやつ	
1 水	レバー入りハンバーグ フロccoli- 白菜の胡麻和え 果物	鶏レバー 合挽肉 卵 チリメン		人参 ニラ 人参 青梗菜	玉葱 白菜	パン粉	ソース ケチャップ 塩コショウ 醤油 砂糖 ゴマ	バナナ 牛乳	みたらし団子 牛乳	白玉粉 豆腐 醤油 砂糖 片栗粉
2 木	ニラ豚 果物 コーンサラダ	豚肉 厚揚げ		人参 ニラ 赤パプリカ	もやし キャベツ 胡瓜 レタス コーン		醤油 オイスターソース 塩コショウ 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	たぬきおにぎり 牛乳	米 天かす 葱 醤油
3 金	ひなまつりメニュー							リンゴ 牛乳	ひしもち風セリー 麦茶	
4 土	ホットドッグ コンソメスープ 果物	ウインナー ベーコン 卵		人参	胡瓜 キャベツ 玉葱 しめじ コーン	ロールパン じゃが芋	ケチャップ コンソメ 塩コショウ	せんべい 牛乳	スイートポテト 牛乳	さつま芋 砂糖 バター 牛乳 卵
6 月	魚の味噌マヨさざれ焼き レタス クーブイリチー 果物	魚 豚肉 鯉節	切昆布	人参	切干大根	パン粉	マヨ 味噌 すりごま 砂糖 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	利休白玉団子 牛乳	白玉粉 豆腐 黄粉 黒糖
7 火	チーズダッカルビ 春雨の酢の物 果物	鶏肉 カニカマ	チーズ	人参 ビーマン 黄パプリカ 人参	玉葱 キャベツ ニンニク 生姜 もやし 胡瓜 コーン	じゃが芋	醤油 砂糖 ケチャップ 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	せんべい 牛乳	メロンパントースト 牛乳	食パン 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 グラニュー糖 レモン汁
8 水	豚肉のマーマレード焼き 青梗菜のカラフルマヨ和え 果物	豚肉 ツナ		人参 青梗菜 赤黄パプリカ	玉葱 もやし えのき		醤油 マーマレード マヨネーズ 酢 砂糖	バナナ 牛乳	ネバトロチヂミ 牛乳	小麦粉 卵 納豆 ニラ 油 スライ スチーズ (ケチャップ 練乳)
9 木	豆乳入り中華スープ 野菜のちりめん和え 果物	鶏肉 豆腐 豆乳 チリメン	ワカメ	人参 葱 人参 小松菜	玉葱 もやし 白菜 胡瓜 キャベツ	片栗粉	鶏がらスープの素 ゴマ油 塩コショウ 醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	ココア餅 麦茶	牛乳 片栗粉 ココア 砂糖
10 金	卵と豚肉のあんかけ丼 ヨーグルト さつま芋の彩りきんぴら	ウズラ卵 豚肉		人参 小松菜 人参 ビーマン	キャベツ しめじ	米 片栗粉 さつま芋	醤油 ケチャップ 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	備蓄お菓子を食べてようの日	
11 土	クリームスパゲティ ゆで卵 果物	ベーコン 卵	粉チーズ 牛乳	人参 ビーマン	玉葱 マッシュルーム しめじ	スパゲティ	コンソメ 塩コショウ	せんべい 牛乳	きな粉バナナ 牛乳	きな粉 砂糖 バナナ
13 月	チリコンカン ハリハリサラダ 果物	豚ミンチ 水煮大豆 カニカマ	切昆布	人参 ホールトマト インゲン	玉葱 コーン マッシュルーム ニン ニク 切干大根	じゃが芋	ケチャップ コンソメ ソース 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	リンゴ 牛乳	サンドイッチ 牛乳	食パン ツナ マヨネーズ 玉葱
14 火	鶏肉とコーンの炒め物 果物 ひじきとハムの彩りナムル	鶏肉 エビ 厚揚げ ハム	ひじき	人参 ビーマン 人参	玉葱 コーン 干椎茸 胡瓜 もやし	片栗粉	醤油 塩コショウ 醤油 砂糖 ゴマ油	バナナ 牛乳	ポムケーキ 牛乳	小麦粉 ヨーグルト 卵 BP 砂 糖 バター 人参 リンゴ
15 水	お弁当日							せんべい 牛乳	菓子	
16 木	魚と切干大根の煮つけ 小松菜と竹輪の和え物 果物	魚 油揚げ 竹輪		人参 小松菜 (ミニトマト)	切干大根 干椎茸 生姜 ニンニク		醤油 砂糖 醤油	リンゴ 牛乳	きな粉ちんすこう 牛乳	小麦粉 砂糖 油 黄粉
17 金	とり天 ミニトマト 野菜の白和え 果物	鶏肉 豆腐		人参 (ミニトマト) 人参 ブロccoli- ほうれん草	ニンニク	小麦粉 糸こんにゃく	醤油 砂糖 醤油 砂糖 味噌 ゴマ	ビスケット 牛乳	フルーチェ風	ヨーグルト ぶどうジュース 砂 糖 アガー
18 土	親子丼 濃まし汁 果物	鶏肉 卵 かまぼこ 豆腐	ワカメ	人参 葱 人参 葱	玉葱 えのき	米	醤油 砂糖 みりん 醤油 いらこ	せんべい 牛乳	キャベツのお焼き	小麦粉 キャベツ ハム 油 お 好みソース
20 月	ワカメチャンプルー ほうれん草のナムル 果物	豚肉 豆腐 鯉節 ハム	ワカメ	人参 葱 人参 ほうれん草	玉葱 しめじ 干椎茸 もやし		醤油 砂糖 塩コショウ 醤油 砂糖 ゴマ油	バナナ 牛乳	アップルパイ 牛乳	春巻きの皮 リンゴ 砂糖 レモン汁
22 水	誕生会メニュー							せんべい 牛乳	ケーキ 牛乳	
23 木	魚のキノコソースかけ 野菜の納豆和え 果物	魚 納豆	牛乳	人参 バセリ 人参 ほうれん草	玉葱 しめじ えのき しめじ えのき たくあん		シチュールー 塩コショウ 醤油	ビスケット 牛乳	親子うどん 牛乳	うどん 鶏肉 玉葱 葱 油揚げ 人参 醤油 砂糖
24 金	肉じゃが 果物 ごぼうとチーズのサラダ	牛肉 カニカマ	カッテージチーズ	人参 枝豆 人参	玉葱 ごぼう 胡瓜	じゃが芋 糸コン	醤油 砂糖 みりん マヨネーズ 塩コショウ	リンゴ 牛乳	あん団子 牛乳	白玉粉 豆腐 あんこ
25 土	春野菜スパゲティ ゆで卵 果物	ベーコン 卵		人参 ブロccoli- 人参	玉葱 キャベツ しめじ	スパゲティ	バター コンソメ 塩コショウ	せんべい 牛乳	菓子	菓子
27 月	厚揚げの麻婆豆腐 果物 白菜のうま塩和え	豚ミンチ 厚揚げ	切昆布	人参 葱 人参	玉葱 干椎茸 生姜 ニンニク 白菜 しめじ	片栗粉	醤油 砂糖 味噌 すりごま ゴマ油	ビスケット 牛乳	中華おこわ 牛乳	豚肉 人参 筍 干椎茸 もち米 ゴマ油 醤油 砂糖
28 火	魚の野菜あんかけ コールスローサラダ 果物	ハム	3/30 味噌の日	人参	胡瓜 コーン キャベツ		マヨネーズ 酢 砂糖 ケチャップ 塩コショウ	せんべい 牛乳	スイートケーキ 牛乳	小麦粉 リンゴ さつま芋 卵 砂糖 バター BP
29 水	ピザ風卵焼き 果物 ブロccoli-のツナ和え	ベーコン 卵 ツナ	チーズ	人参 ほうれん草 トマト 人参 ブロccoli-	玉葱 ごぼう 胡瓜 コーン		ケチャップ 塩コショウ 醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	ヨーグルト バナナ みかん も もちご 砂糖
30 木	団子汁 果物 野菜炒め ししゃも	油揚げ (ししゃも) ウインナー		人参 葱 人参 青梗菜	大根 白菜 生椎茸 キャベツ しめじ	里芋 やせうま麺	味噌 いらこ 塩コショウ ソース	バナナ 牛乳	ツナマヨ蒸しパン 牛乳	小麦粉 BP 砂糖 豆乳 油 フ ナマヨネーズ コーン 玉葱 パ ヤリ
31 金	ちびたまカレー ドレッシングサラダ ヨーグルト	鶏肉 ウズラの卵 ハム		人参 ビーマン 人参 ほうれん草	玉葱 キャベツ 胡瓜 コーン	じゃが芋	カレールー ドレッシング ゴマ	ビスケット 牛乳	メルティフレーク 牛乳	コンフレーク マシュマロ パ ター

3/13
サンドイッチ

お弁当日

誕生会
メニュー

気になる給食がありましたら、いつでもレシピを準備します
※変更になる場合があります