

3月献立表

令和3年 3月

[未満児]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	8(月)
9時	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 スナックパン スナックパン	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し
	皿うどん 即席中華めん はくさい たまねぎ にんじん 青ピーマン 生しいたけ 豚もも 焼き抜きかまぼこ なたね油 しょうが 鶏がらスープ オイスターソース こいくちしょうゆ 清酒 かたくり粉 ごま油 ごういか むきえび うずら卵水煮缶詰	焼肉丼 米 米粒麦 牛もも にんじん キャベツ りよくとろもやし たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが	麦ご飯 米 米粒麦 ブリの照り焼き ぶり こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 竹輪とほうれん草のソテー ほうれん草 スイートコーン 生竹輪 調味油 食塩 こしょう	麦ご飯 米 米粒麦 麻婆豆腐 ソフト豆腐 あいびぎ たまねぎ にんじん たけのこ水煮 根深ねぎ 生しいたけ 赤だしみそ こいくちしょうゆ 清酒 ごま油 かたくり粉 鶏がらスープ オイスターソース にんにくおろし しょうが	★ 誕生会・お別れ会 ★ 赤飯 米 もち米 あずき 食塩 黒ごま 変わり春巻き 焼き豚 しそ ピザチーズ 春巻きの皮 調味油 テン	焼きそば 蒸し中華めん 調味油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りよくとろもやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり ウスターソース 中巻スープ・ チンゲンサイ 生しいたけ カットわかめ 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	ドライカレー 米 米粒麦 あいびぎ たまねぎ にんじん スイートコーン だいず カレーウ ウスターソース 食塩 こしょう 干したね油 干しぶどう グリーンピース
	中華スープ・ カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま フルーツヨーグルト屋 りんご バナナ みかん缶詰 干しぶどう 車糖 ヨーグルト	中華スープ・ 鶏卵 カットわかめ だし 食塩 かたくり粉 薬ねぎ ごま 旬のフルーツ ..	すまし汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ こいくちしょうゆ 混合だし きゅうり ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト	春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとろもやし ローズハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ 中華スープ チンゲンサイ エリギ カットわかめ 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ プチゼリー ゼリー	ポテトサラダ じゃがいも きゅうり まぐろ缶詰 にんじん たまねぎ マヨネーズ	中巻スープ・ チンゲンサイ 生しいたけ カットわかめ 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ	コンソメスープ・ はくさい ベーコン ぶなしめじ 食塩 コンソメ 桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト
	麦茶 麦茶 おにぎり(ゆかり)おやつ 米 ゆかりふりかけ ごま おやつりんご かえりちりめん	牛乳おやつ 普通牛乳 じゃが芋のチーズ焼き じゃがいも 食塩 ピザチーズ パセリ	牛乳おやつ 普通牛乳 ひなケーキ カステラ クリーム いちご ひなあられ	牛乳おやつ 普通牛乳 じゃこケーキ 食パン しらす干し マヨネーズ あおのり ごま	牛乳おやつ 普通牛乳 アイスクリーム(以上見) アイスクリーム ゼリー(未満児) オレンジ飲料 粉寒天 ビスケット ビスケット マリー	牛乳おやつ 普通牛乳 パームケーキ パームケーキ バナナチップス バナナ	牛乳おやつ 普通牛乳 焼き芋 きつまいも キャンデーチーズ キャンデーチーズ
成分値 エネルギー : 554 kcal 脂 質 : 20.7 g たんぱく質 : 21.2 g 塩 分 : 2.8 g カルシウム : 395 mg	成分値 エネルギー : 604 kcal 脂 質 : 16.1 g たんぱく質 : 19.4 g 塩 分 : 0.8 g カルシウム : 331 mg	成分値 エネルギー : 566 kcal 脂 質 : 18.8 g たんぱく質 : 23.3 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 362 mg	成分値 エネルギー : 554 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 20.3 g 塩 分 : 1.8 g カルシウム : 338 mg	成分値 エネルギー : 704 kcal 脂 質 : 25.4 g たんぱく質 : 23.0 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 465 mg	成分値 エネルギー : 538 kcal 脂 質 : 15.9 g たんぱく質 : 14.9 g 塩 分 : 1.0 g カルシウム : 273 mg	成分値 エネルギー : 653 kcal 脂 質 : 22.9 g たんぱく質 : 22.9 g 塩 分 : 2.3 g カルシウム : 407 mg	
9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	15(月)	16(火)	
9時	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 おやつりんご(朝) かえりちりめん	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう	★ 卒園式 ★ イロロール ロールパン	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん
	麦ご飯 米 米粒麦 鮭の塩焼き しるさけ 食塩 肉豆腐(副菜) 牛もも 焼き豆腐 しらたき 根深ねぎ はくさい おつゆ麩 こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 混合だし みそ汁・ キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 旬のフルーツ ..	タコライス 米 米粒麦 調味油 豚ひき肉 たまねぎ にんにくおろし カレー粉 ウスターソース ケチャップ 車糖 コンソメ 水 かたくり粉 レタス トマト コーンフレーク 大根サラダ 大根 カットわかめ まぐろ缶詰 青しそドレッシング	麦ご飯 米 米粒麦 ポテトオムレツ あいびぎ じゃがいも たまねぎ こしょう かたくり粉 調味油 清酒 薄力粉 大根の甘酢和え にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩 なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし 添え野菜 ブロッコリー 食塩	麦ご飯 米 米粒麦 鶏肉のから揚げ 鶏もも じゃがいも 食塩 こしょう かたくり粉 調味油 清酒 薄力粉 大根の甘酢和え にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩 なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし 添え野菜 ブロッコリー 食塩	★ 卒園式 ★ イロロール ロールパン ポークビーンズ だいず水煮 皮つきウインナー たまねぎ じゃがいも たまねぎ にんじん トマト缶詰 ケチャップ 食塩 こしょう 車糖 ぶなしめじ ウスターソース パセリ にんにくおろし コンソメ マカロニサラダ マカロニパッケージ たまねぎ ローズハム きゅうり スイートコーン マヨネーズ ヨーグルト 1パック(小) ヨーグルト	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	麦ご飯 米 米粒麦 さばのから揚げ まさば 食塩 薄力粉 カレー粉 肉じゃが(副菜) 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき さいいんげん こいくちしょうゆ 車糖 本みりん みそ汁・ キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ 旬のフルーツ ..
	成分値 エネルギー : 635 kcal 脂 質 : 21.7 g たんぱく質 : 25.5 g 塩 分 : 1.4 g カルシウム : 324 mg	成分値 エネルギー : 608 kcal 脂 質 : 23.2 g たんぱく質 : 21.8 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 350 mg	成分値 エネルギー : 562 kcal 脂 質 : 19.4 g たんぱく質 : 23.6 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 315 mg	成分値 エネルギー : 635 kcal 脂 質 : 27.5 g たんぱく質 : 23.2 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 243 mg	成分値 エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	成分値 エネルギー : 532 kcal 脂 質 : 18.9 g たんぱく質 : 20.1 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 246 mg	成分値 エネルギー : 636 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 26.1 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 339 mg
	3時	牛乳おやつ 普通牛乳 りんごケーキ りんご グラニュー糖 薄力粉 ベーキングパウダー 車糖 鶏卵 マーガリン	牛乳おやつ 普通牛乳 胡麻のスティックビスケット ホットケーキミックス 車糖 ごま ごま マーガリン 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳 マシュマロおこし マシュマロ マーガリン コーンフレーク	牛乳おやつ 普通牛乳 焼き立てパン(ウイニー) 普通牛乳 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 ウイニー マヨネーズ	麦茶 麦茶 スープご飯 米 豚ひき肉 キャベツ 青ピーマン 鶏卵 だし こいくちしょうゆ かたくり粉 調味油	牛乳おやつ 普通牛乳 パンディング 鶏卵 普通牛乳 キャベツ 車糖 バニラオイル フランスパン 干しぶどう
成分値 エネルギー : 635 kcal 脂 質 : 21.7 g たんぱく質 : 25.5 g 塩 分 : 1.4 g カルシウム : 324 mg	成分値 エネルギー : 608 kcal 脂 質 : 23.2 g たんぱく質 : 21.8 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 350 mg	成分値 エネルギー : 562 kcal 脂 質 : 19.4 g たんぱく質 : 23.6 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 315 mg	成分値 エネルギー : 635 kcal 脂 質 : 27.5 g たんぱく質 : 23.2 g 塩 分 : 1.9 g カルシウム : 243 mg	成分値 エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	成分値 エネルギー : 532 kcal 脂 質 : 18.9 g たんぱく質 : 20.1 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 246 mg	成分値 エネルギー : 636 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 26.1 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 339 mg	

*都合により献立を変更することがあります。

3月献立表

令和3年 3月

[未満児]

	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	22(月)	23(火)	24(水)	
9時	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム		牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつつごぼ	
	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	★ 祝 日 ★	
	麦ご飯 米 米粒麦 豆腐ハンバーグ あいびき ソフト豆腐 たまねぎ パン粉 鶏卵 普通牛乳 食塩 こしょう ケチャップ	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のマーマレード焼き 鶏もも 食塩 こしょう こいくちしょうゆ マーマレード	竹輪とウインナーの天ぷら 煮込み竹輪 ボールウインナー プレミックス粉 なたね油	★ 祝 日 ★	えびピラフ 米 しばえび たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム水煮缶詰 調合油 食塩 こしょう コンソメ	ロールパン ロールパン マカロニスパゲッティ マカロニスパゲッティ 鶏もも たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう マーガリン	親子丼 米 米粒麦 鶏卵 鶏もも たまねぎ 根深ねぎ 切りみつば 生しいたけ 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ	親子丼 米 米粒麦 鶏卵 鶏もも たまねぎ 根深ねぎ 切りみつば 生しいたけ 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ
	いんげんのソテー さやいんげん パプリカ 食塩 こしょう スイートコーン 調合油	シルバーサラダ きゅうり スイートコーン 緑豆はるさめ ロースハム たまねぎ マヨネーズ	ひじき煮(大豆) ほしひじき にんじん 油揚げ だいず水煮 さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 料理酒	★ 祝 日 ★	異たくさんスープ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきウインナー 食塩 こしょう コンソメ	薄力粉 普通牛乳 ピザチーズ パセリ	ほうれん草と白菜のボン酢和 ほうれん草 はくさい ベーコン ぶなしめじ ゆずポン	みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし
すまし汁 おつゆ麩 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ	みそ汁 こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし	卵豆腐のすまし汁 たまご豆腐 ぶなしめじ 切りみつば うすくちしょうゆ 食塩 混合だし	★ 祝 日 ★	パインヨーグルト パインアップル缶詰 ヨーグルト	旬のフルーツ ..	みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし	プチゼリー ゼリー	
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 おさつチップ さつまいも なたね油 食塩 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 スノーボールクッキー マーガリン グラニュー糖 鶏卵 薄力粉 アーモンド 粉糖 パニラオイル	牛乳おやつ 普通牛乳 ツナサンド マーガリン 食パン マーガリン かつお缶詰 マヨネーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 きなこマカロニ マカロニスパゲッティ きな粉 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 きなこマカロニ マカロニスパゲッティ きな粉 車糖	麦茶 麦茶 みたらし団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 レーズン蒸しパン こむぎ ベーキングパウダー 車糖 水 なたね油 干しぶどう	
	＜一日合計＞ エネルギー : 504 kcal 脂 質 : 18.2 g たんぱく質 : 19.2 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 282 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 662 kcal 脂 質 : 29.2 g たんぱく質 : 24.5 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 298 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 524 kcal 脂 質 : 20.0 g たんぱく質 : 19.2 g 塩 分 : 2.3 g カルシウム : 240 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 538 kcal 脂 質 : 19.9 g たんぱく質 : 20.5 g 塩 分 : 1.5 g カルシウム : 379 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 514 kcal 脂 質 : 18.1 g たんぱく質 : 17.9 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 267 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 560 kcal 脂 質 : 18.1 g たんぱく質 : 21.4 g 塩 分 : 1.7 g カルシウム : 335 mg	
	25(木)	26(金)	27(土)	29(月)	30(火)	31(水)		
	9時	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやつつりこ(朝) かえりちりめん	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい		
★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	
コーンわかめラーメン 中華めん カットわかめ スイートコーン 根深ねぎ 焼き豚 鶏がらスープ こいくちしょうゆ 食塩 こしょう ごま油	炊き込みご飯 米 鶏もも にんじん ごぼう 油揚げ ぶなしめじ たけのこ水煮 うすくちしょうゆ 料理酒	チキンライス 米 水 コンソメ 鶏もも たまねぎ マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう ケチャップ グリーンピース	カレーライス 米 米粒麦 牛もも 調合油 たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース カレールー マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう にんにくおろし コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のさっぱり煮 鶏手羽 こいくちしょうゆ 穀物酢 車糖 本みりん しょうが 食塩 こしょう	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	
ブロccoliの胡麻和え ブロccoli ごま こいくちしょうゆ 車糖 にんじん	キスの天ぷら さす プレミックス粉 調合油	野菜スープ じゃがいも にんじん たまねぎ 皮つきウインナー コンソメ	コールスロー風サラダ キャベツ きゅうり にんじん スイートコーン缶詰 フレッシュレタス	プロッコリーとハムのサラダ プロッコリー ロースハム スイートコーン マヨネーズ 食塩 こしょう	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	
旬のフルーツ ..	みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	ゼリー(Gupりんご) りんご飲料	桃とバナナのヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト バナナ	さつまいも 板こんにやく 油揚げ たまねぎ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	★ 年度末休園 ★	
3時	麦茶 麦茶 おにぎり(わかめ)おやつ 米 カットわかめ みずのり 食塩	麦茶 麦茶 フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 せんべい 塩せんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 ラスク フランスパン マーガリン グラニュー糖	牛乳おやつ 普通牛乳 ポップコーン とうもろこし 調合油 食塩 バター			
おやつつりこ かえりちりめん	ヨーグルト コーンフレーク	キャンデーチーズ キャンデーチーズ	ヨーグルト フレッシュレタス	キャンデーチーズ キャンデーチーズ				
＜一日合計＞ エネルギー : 424 kcal 脂 質 : 7.2 g たんぱく質 : 17.3 g 塩 分 : 2.1 g カルシウム : 202 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 444 kcal 脂 質 : 12.5 g たんぱく質 : 21.5 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 291 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 518 kcal 脂 質 : 14.2 g たんぱく質 : 17.0 g 塩 分 : 1.4 g カルシウム : 291 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 627 kcal 脂 質 : 22.6 g たんぱく質 : 20.8 g 塩 分 : 2.3 g カルシウム : 348 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 574 kcal 脂 質 : 23.0 g たんぱく質 : 22.3 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 336 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	＜一日合計＞ エネルギー : 0 kcal 脂 質 : 0.0 g たんぱく質 : 0.0 g 塩 分 : 0.0 g カルシウム : 0 mg	

*都合により献立を変更することがあります。