



日 曜	献立名	材 料 名	10時のおやつ (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリー	
1 土	カレー 酢物	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース カレールー 油 大根 人参 板かま ごま 砂糖 酢	バナナ	野菜・果実ジュース クッキー	320	
3 月	【ひな祭り&お別れ交流会】 ちらし寿司 ポテトサラダ お吸い物	鮭フレーク 人参 干し椎茸 板かま 油揚げ ごぼう 卵 グリンピース 桜でんぶ 酢 砂糖 じゃが芋 キャベツ 人参 ハム みかん缶 マヨネーズ 豆腐 若布 麩 ※お弁当と箸はいきません。	せんべい	カルピス ひなあられ 桜餅 (小麦粉 白玉粉 小豆あん)	488	
4 火	オムレツ ごま和え	鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 卵 油 ケチャップ キャベツ 人参 もやし 竹輪 ごま 砂糖 しょうゆ	スティックパン	桃のヨーグルト	319	
5 水	ごまごまチキン 中華スープ	鶏肉 ごま 小麦粉 卵 砂糖 しょうゆ 油 大根 白菜 玉葱 若布 卵 葱 鶏がらスープ	りんご ソフトビス	サイコロラスク (食パン バター 砂糖 牛乳)	450	
6 木	肉うどん 煮豆	うどん玉 牛肉 人参 玉葱 板かま 油揚げ 若布 葱 煮干し 昆布 しょうゆ きんとき豆 砂糖	ウェハース	ミルク餅 (牛乳 片栗粉 きな粉 砂糖)	403	
7 金	ハンバーグ 中華風酢物	合挽肉 豆腐 玉葱 人参 卵 パン粉 油 ケチャップ キャベツ 人参 春雨 卵 プレスハム ごま 砂糖 酢 ごま油	クッキー	ぼたぼた焼き	318	
8 土	卒園式					
10 月	磯の香フリッター 酢味噌和え	鶏肉 卵 小麦粉 青のり 油 キャベツ もやし 人参 卵 味噌 ごま 砂糖 酢	りんご ソフトビス	ショコラ寒天 (寒天 ココア 牛乳 砂糖)	356	
11 火	炒り豆腐 キャベツの和え物	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 板かま 豆腐 グリンピース 卵 砂糖 しょうゆ 油 キャベツ もやし カニカマ 砂糖 しょうゆ	クッキー	【非常食】 せんいのめぐみパン	320	
12 水	お好み焼き 味噌汁	キャベツ もやし ベーコン 竹輪 卵 小麦粉 青のり かつお節 お好みソース 人参 玉葱 大根 豆腐 麩 葱 煮干し 味噌	スティックパン	カスタードプリン (卵 牛乳 砂糖)	382	
13 木	豚カツ 酢物	豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油 キャベツ 人参 カニカマ 卵 みかん缶 酢 砂糖	せんべい	キャラメルコーン	352	
14 金	五目卵焼き スパゲティサラダ	鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン 卵 コーン 砂糖 スパゲティ 人参 キャベツ プレスハム マヨネーズ	ウェハース	ホットドック (バターロール 魚肉ソーセージ チーズ キャベツ マヨネーズ ケチャップ)	368	
15 土	クリームシチュー みかんサラダ	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 コーン シチュールー 油 キャベツ 人参 胡瓜 みかん缶 魚肉ソーセージ マヨネーズ	バナナ	野菜・果実ジュース せんべい	315	



●全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)
●海・風組 10時のおやつに + 牛乳

