

日	曜	黄	献立名	主要材料		
				〔肉〕 血や肉になる	〔糖〕 熱や力になる	〔調〕 体の調子を整える
※	17	木	ごはん さばの煮つけ 豚汁 フルーツ	さば 豚肉 みそ	砂糖 里芋 板こんにゃく	生姜 小松菜 人参 大根 ごぼう 葱 フルーツ
			★ ライスピザ・牛乳	牛乳 ウインナー チーズ	米	コーン ピーマン ケチャップ
※	18	金	ライスコロケ マカロニグラタン 肉みそ納豆 チンゲン菜のスープ フルーツ	ベーコン ツナ チーズ ホワイトソース 豚ひき肉 納豆 みそ 卵 ベーコン	米 小麦粉 パン粉 油 マカロニ 油 ごま油	玉ねぎ パプリカ ケチャップ 玉ねぎ ブロッコリー 玉ねぎ 人参 葱 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 フルーツ
			★ クレープ・牛乳	牛乳	クレープシート ホイップ	黄桃缶 パイン缶 バナナ
※	19	土	ちゃんぽん麺 いんげんのごま和え フルーツ	豚肉 かまぼこ えび	中華麺 油 かたくり粉 ごま 砂糖	人参 玉ねぎ 葱 白菜 いんげん 人参 フルーツ
			★ お菓子・牛乳	牛乳	お菓子	
	22	火	ごはん 肉じゃが 太もやしと油揚げの酢の物 フルーツ	牛肉 油揚げ	じゃがいも 糸こんにゃく 油 砂糖 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 グリンピース もやし えのき フルーツ
			★ おにぎり・牛乳	牛乳 チーズ かつお節	米	
	23	水	うどん かきあげ チンゲン菜のナムル フルーツ	えび 卵 かまぼこ ハム	さつまいも 小麦粉 油 ごま油	れんこん 人参 玉ねぎ ピーマン チンゲン菜 切り干し大根 フルーツ
			★ ココアプリン・牛乳	牛乳	ココアプリンの素	
	24	木	ごはん ポークビーンズ フレンチサラダ フルーツ	豚肉 水煮大豆 ロースハム	じゃがいも 砂糖 油 油 砂糖	人参 玉ねぎ ピーマン ケチャップ 人参 きゅうり キャベツ コーン フルーツ
			★ クラッカーサンド・牛乳	牛乳 きなこ	クラッカー 砂糖 バター	
	25	金	ごはん カレー豆腐 アスパラガスとわけぎのみそマヨ和え フルーツ	豆腐 牛ひき肉 みそ	カレーウ 油 かたくり粉 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 生しいたけ グリンピース アスパラガス わけぎ フルーツ
			★ ジャムサンド・牛乳	牛乳	パン イチゴジャム	
※	26	土	あんかけスパゲティ キャベツのゆかり和え フルーツ	ベーコン	スパゲティ 油	玉ねぎ ピーマン マッシュルーム コーン ホールトマト ケチャップ キャベツ ゆかり フルーツ
			★ お菓子・牛乳	牛乳	お菓子	
	28	月	ごはん 肉野菜炒め ひじきサラダ フルーツ	鶏肉 いか ひじき ちりめん ハム	油 かたくり粉 ごま 砂糖 油	玉ねぎ ピーマン 人参 しめじ コーン キャベツ ほうれん草 人参 フルーツ
			★ 煮干しごまチップス・牛乳	牛乳 いりこ	ごま 砂糖	
	29	火	ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ フルーツ	鶏肉	砂糖 じゃがいも マヨネーズ	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん 葱 きゅうり 人参 コーン フルーツ
			★ カレーチーズラスク・牛乳	牛乳 粉チーズ	パン マヨネーズ カレー粉	
	30	水	ごはん ししゃもの天ぷら レバニラ炒め みそ汁 フルーツ	ししゃも 青のり 鶏レバー 油揚げ みそ わかめ いりこ	小麦粉 ごま 油 砂糖	ブロッコリー 生姜 玉ねぎ 人参 ニラ 白菜 人参 フルーツ
			★ さつま芋のレモン煮・牛乳	牛乳	さつまいも 砂糖	レモン
	31	木	ごはん 生揚げの野菜あんかけ 小松菜のチーズ和え フルーツ	豚ひき肉 生揚げ みそ チーズ ちりめん	油 ごま ごま油	もやし ピーマン 人参 小松菜 フルーツ
			★ りんごとレーズンの蒸しパン・牛乳	牛乳 卵	ホットケーキミックス 油 砂糖	りんご レーズン

※印の日は乳幼児共にごはんはいりません。それ以外の日は幼児は主食を持って来て下さい。

ひな祭りと言えば…

ちらし寿司ですね。今年は“ちらし風おにぎらず”にしてみました。
子どもたちがどんな反応してくれるか、今から楽しみな給食室です。
本年度はクッキングができませんでしたが、来年度はたくさん
できたらいいなと願っています。
来年度も新しいメニューを取り入れていきたいと思います。
ピカピカに食べて下さいね!!

