



1
野菜ジュース 中華丼 豆腐のみそ汁 小松菜のしらす和え オレンジ
お菓子 牛乳

	月	火	水	木	金	土
	ひな祭り・誕生会 3	4	5	6	7	8
午前おやつ	お菓子・麦茶	お菓子・麦茶	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	お菓子・牛乳	野菜ジュース
昼食	うどん 焼き鶏 ブロッコリーと チーズサラダ デコポン	ごはん キャベツのみそ汁 タラの南蛮漬け風 豆腐のそぼろ煮 バナナ	カレーライス ほうれん草スープ レタスとワカメサラダ りんご	ごはん はんぺんのすまし汁 鶏肉の甘みそ焼き 春雨サラダ オレンジ	食パン 豆腐スープ チリコンカン 切干かみかみサラダ キウイフルーツ	焼きそば チンゲン菜スープ ナムル バナナ
午後おやつ	いちごパフェ 牛乳	スイートポテト 牛乳	ヨーグルト ウエハース・麦茶	芋もち 牛乳	炊き込みごはん 麦茶	お菓子 牛乳
	10	11	12	13	おわかれ会 14	15
午前おやつ	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	飲むヨーグルト	お菓子・麦茶	野菜ジュース
昼食	ごはん さつまいものみそ汁 豚肉のスタミナ炒め ひじきの煮物 もも缶	きつね野菜温麺 鶏肉の塩麴マヨ焼き オレンジ	ごはん かぶのみそ汁 五目厚焼き玉子 ほうれん草の和え物 パイナップル	納豆ごはん 白菜のみそ汁 鮭の塩焼き れんこん金平 キウイフルーツ	三色おにぎり 大根スープ ハンバーグ・鶏のから揚げ フライドポテト・サラダ バナナ	豚丼 豆腐のみそ汁 小松菜のしらす和え オレンジ
午後おやつ	ゼリー・麦茶 カルシウムせんべい	焼きおにぎり 麦茶	シュガートースト 牛乳	クラッカーサンド 牛乳	ココアホットケーキ 牛乳	お菓子 牛乳
	17	18	食育の日 19	20	21	22
午前おやつ	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	お菓子・麦茶	春分の日	お菓子・牛乳	野菜ジュース
昼食	かき玉うどん 焼き鶏 ブロッコリーと チーズサラダ デコポン	ごはん キャベツのみそ汁 タラの南蛮漬け風 豆腐のそぼろ煮 バナナ	カレーライス ほうれん草スープ レタスとワカメサラダ りんご		食パン 豆腐スープ チリコンカン 切干かみかみサラダ キウイフルーツ	うどん 鶏のごま焼き ブロッコリーの おかか和え バナナ
午後おやつ	きなこぼたもち せんべい・麦茶	スイートポテト 牛乳	いちごクレープ※ 牛乳		炊き込みごはん 麦茶	お菓子 牛乳
	24	25	26	27	28	29
午前おやつ	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	飲むヨーグルト	お菓子・麦茶	野菜ジュース
昼食	お弁当の日	きつね野菜温麺 鶏肉の塩麴マヨ焼き オレンジ	ごはん かぶのみそ汁 五目厚焼き玉子 ほうれん草の和え物 パイナップル	納豆ごはん 白菜のみそ汁 鮭の塩焼き れんこん金平 キウイフルーツ	ごはん 大根スープ ミートボール ブロッコリーサラダ バナナ	チャーハン チンゲン菜スープ ナムル オレンジ
午後おやつ		ゼリー・麦茶 カルシウムせんべい	五平もち 麦茶	シュガートースト 牛乳	クラッカーサンド 牛乳	ココアホットケーキ 牛乳
	31	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">旬の食材</p> <p>さわら かぶ 菜の花 わかめ いちご 柑橘系果物</p> <p style="text-align: center; color: red;">おいしい「いちご」の選び方</p> <p>購入する際、ご参考になさってください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヘタが上に反り返っているもの ・つやとハリがあり、ヘタの近くまで赤くなっているもの </div>				
午前おやつ	お菓子・牛乳					
昼食	ごはん さつまいものみそ汁 豚肉のスタミナ炒め ひじきの煮物 もも缶					
午後おやつ	ヨーグルト ウエハース・麦茶					

※ 都合により、献立を変更させて頂く場合がございますので、ご了承ください。
※ 19日 食育の日は、旬のいちごを使用した「いちごクレープ」を予定しております。

	給与栄養量					
	エネルギー(Kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	カルシウム(mg)	食塩相当量(g)
平均給与栄養量	473	19.3	11.6	70.8	243	1.5
給与栄養目標量	475	19.6	13.2	68.3	225	1.5