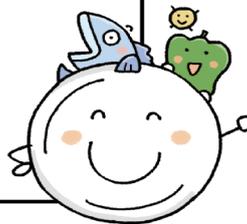
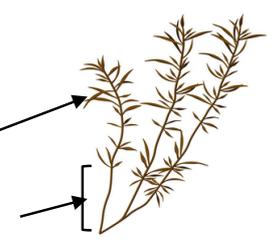




献立表



	月	火	水	木	金	土
	2	ひな祭り 3	4	5	6	7
午前おやつ	お菓子・麦茶	お菓子・麦茶	お菓子・麦茶	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	野菜ジュース
昼食	ごはん	ちらし寿司	ごはん	スパゲティナポリタン	ごはん	ビビンバ風丼
	ニラのみそ汁	花麩のすまし汁	小松菜のみそ汁	白菜スープ	じゃが芋のみそ汁	玉葱のみそ汁
	豚肉の梅風味照り焼き	鶏のから揚げ	焼き魚(ほっけ)	南瓜サラダ	鶏と大根の治部煮	チョレギサラダ
	大根とツナの和え物	ほうれん草のお浸し	れんこん金平	バナナ	キャベツのかにかま和え	オレンジ
バナナ	りんご	デコポン		パイナップル		
午後おやつ	がんづき	ひなあられ	芋もち	人参としらすのおにぎり	マヨコーンピザ	お菓子
	牛乳	牛乳	牛乳	麦茶	牛乳	牛乳
	9	10	11	12	13	14
午前おやつ	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	飲むヨーグルト	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳	野菜ジュース
昼食	カレーライス	かき玉うどん	ごはん	ごはん	食パン	野菜みそラーメン
	豆腐スープ	鶏のごま焼き	かぶのみそ汁	チンゲン菜のみそ汁	クリームシチュー	豚肉の漬け焼き
	グリーンサラダ	白菜の和え物	豚肉の生姜焼き	タラの磯辺焼き	豆腐チキンナゲット	バナナ
	オレンジ	バナナ	納豆野菜和え	竹輪と根菜の煮物	じゃことレタスサラダ	
		もも	キウイフルーツ	オレンジ		
午後おやつ	フルーチェ	カップケーキ	干し芋	お好み焼き	ふりかけおにぎり	お菓子
	ウエハース・麦茶	牛乳	せんべい・牛乳	麦茶	麦茶	牛乳
	16	リクエストメニュー 17	18	食育の日 19	20	21
午前おやつ	お菓子・麦茶	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	春分の日	野菜ジュース
昼食	ごはん	野菜納豆ごはん	スパゲティナポリタン	ひじきごはん※		三色丼
	ニラのみそ汁	もやしのみそ汁	白菜スープ	小松菜のみそ汁		玉葱のみそ汁
	豚肉の梅風味照り焼き	鶏のから揚げ	南瓜サラダ	焼き魚(ほっけ)		レタスとわかめの和え物
	大根とツナの和え物	ブロッコリーサラダ	りんご	れんこん金平	オレンジ	
バナナ	オレンジ		バナナ			
午後おやつ	がんづき	牛乳いちご寒	人参としらすのおにぎり	芋もち	お菓子	
	牛乳	ビスケット・麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	
	23	24	25	26	27	28
午前おやつ	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	飲むヨーグルト	お菓子・牛乳	お菓子・牛乳	野菜ジュース
昼食	カレーライス	かき玉うどん	ごはん	ごはん	食パン	野菜温麺
	豆腐スープ	鶏のごま焼き	かぶのみそ汁	チンゲン菜のみそ汁	クリームシチュー	豚肉の漬け焼き
	グリーンサラダ	白菜の和え物	豚肉の生姜焼き	タラの磯辺焼き	豆腐チキンナゲット	バナナ
	オレンジ	バナナ	納豆野菜和え	竹輪と根菜の煮物	じゃことレタスサラダ	
		もも	キウイフルーツ	オレンジ		
午後おやつ	フルーチェ	カップケーキ	干し芋	お好み焼き	ふりかけおにぎり	お菓子
	ウエハース・麦茶	牛乳	せんべい・牛乳	麦茶	麦茶	牛乳
	30	31	旬の食材 大根 菜の花 ひじき わかめ デコポン いちご			
午前おやつ	お菓子・麦茶	お菓子・麦茶	<p>「ひじき」の種類</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"> ・芽ひじき：やわらかく口当たりがよいので、炊き込みごはんやサラダ向きです。 ・長ひじき：歯ごたえがあり、煮物や炒め物向きです。 			
	焼き鶏丼	ごはん				
昼食	小松菜のみそ汁	すいとん風汁				
	春雨の和え物	さばの塩焼き				
バナナ	チンゲン菜のおかか和え	デコポン				
午後おやつ	マヨコーンピザ	パンブキンドーナツ				
	牛乳	牛乳				



※ 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、旬のひじきを使用した「ひじきごはん」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	464	16.4	11.1	67.5	234	1.6