

日	献立	(赤) 血や肉になる食品	(緑) 体の調子を整える食品	(黄) 働く力になる食品	3時のおやつ
3/22 木特	ハヤシライス 大豆サラダ	牛肉 大豆 ツナ	玉ねぎ エリンギ 人参 大根 コーン きゅうり	七分つき米 マヨネーズ	*ラスク 食パン バター 砂糖
23 金B	ごはん 魚の塩焼き 高野豆腐の卵とじ 味噌汁(きのこ)	魚の切り身 高野豆腐 卵 ちくわ 味噌	きぬさや しめじ えのき しいたけ 三つ葉	七分つき米 砂糖	*あんサンド 食パン 小豆 砂糖
24 土A	ごはん ミートスパゲティー ツナサラダ	合挽きミンチ ツナ	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ きゅうり	七分つき米 スパゲティー マヨネーズ	おやつカステラ
26 月A	ごはん 鶏肉のハーブ焼き きのこパスタ	鶏肉 ウインナー 牛乳	パセリ バジル キャベツ しいたけ しめじ ブロッコリー	七分つき米 パン粉 バター スパゲティー 小麦粉	*さつまいもパン さつまいも 砂糖 小麦粉 B.P
27 火B	ごはん 魚の味噌マヨ焼き 南瓜のそぼろ煮 吸い物(豆腐)	魚の切り身 味噌 鶏肉ミンチ 豆腐	れんこん ごぼう 南瓜 三つ葉	七分つき米 マヨネーズ 片栗粉	*ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
28 水A	ごはん ミンチとマカロニの卵とじ 豆汁	豚ミンチ 卵 大豆	人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう れんこん しめじ ねぎ	七分つき米 マカロニ 糸こんにゃく	*ツナサンド 食パン ツナ
29 木特	中華丼 ワンタンスープ	ツナ 豚ミンチ	人参 玉ねぎ キャベツ 白菜 しいたけ レタス もやし ねぎ	七分つき米 片栗粉 わんたんの皮	*白玉きなこ 白玉 砂糖 きなこ
30 金B	ごはん 魚のごま焼き 酢の物 味噌汁(ふ)	魚の切り身 ハム 味噌	ブロッコリー キャベツ きゅうり	七分つき米 ごま 春雨 ふ	*なつばにぎり *七分つき米 小松菜
31 土A	ごはん 野菜炒め 味噌汁(じゃがいも)	豚肉 味噌	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン しめじ 三つ葉	七分つき米 じゃがいも	南瓜サブレ ごま入りいりこ



日	献立	(赤) 血や肉になる食品	(緑) 体の調子を整える食品	(黄) 働く力になる食品	3時のおやつ
4/2 月A	ごはん あんかけ焼きそば スープ(豆腐)	ツナ 豆腐	人参 玉ねぎ キャベツ もやし 小松菜	七分つき米 そば 片栗粉	おこめせん いもはなこ
3 火A	ごはん スパゲティーナポリタン ハムサラダ	ウインナー ハム	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ きゅうり コーン	七分つき米 スパゲティー マヨネーズ	*蒸し芋 さつまいも
4 水A	ごはん 野菜チャプチェ スープ(レタス)	豚ミンチ ベーコン	人参 玉ねぎ しいたけ きゅうり もやし レタス ねぎ	七分つき米 糸こんにゃく	*ジャムサンド 食パン いちごジャム
5 木特	カレーライス ツナサラダ	牛肉 ツナ	人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり	七分つき米 マヨネーズ	バナナ
6 金A	ごはん 焼きそば 味噌汁(ふ)	豚ミンチ 味噌	人参 玉ねぎ しめじ ニラ ねぎ	七分つき米 サラダ油 そば ふ	*ゆかりにぎり 七分つき米 ゆかり
7 土特	そぼろ丼 味噌汁(うす揚げ)	鶏肉ミンチ 味噌 うす揚げ	人参 コーン えんどう豆 ねぎ	七分つき米	ねじりん棒
9 月A	ごはん 鶏つくね 春雨スープ	鶏肉ミンチ	人参 しいたけ 白菜 もやし ねぎ	七分つき米 片栗粉 春雨	*コーンパン コーン 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー
10 火A	ツナごはん ちくわの香り揚げ 味噌煮込みうどん	ツナ ちくわ 味噌 豚肉	人参 ごぼう 玉ねぎ 白菜 しめじ もやし ねぎ	七分つき米 小麦粉 サラダ油 うどん	*マカロニきな粉 マカロニ きな粉 砂糖

♪『特』の日の持ち物は、カレー皿 土 其他は、献立内容を見て持たせてください。

♪ Aの日は、お皿1枚。Bの日は、お皿2枚。

♪ *の印の日は、幼稚園の手作りおやつです。

