



3がつこんだてひょう

R6. 2. 27 りきごうようちえん

にち	ようび	午前中おやつ	こんだてめい	おやつ	kcal 以上児/未満児	あか		きいろ	
						ち・にく・ほねになる	ねつ、ちからになる	みどり	
1	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	とりにくのでりやき ごまマヨあえ すましじる ひなあられ	ココアクッキー ぎゅうにゅう	239/486	とりももにく シーチキン もめんどうふ ぎゅうにゅう	さとう すりごま マヨネーズ ミックスこ バター こめ アスパラガスビスケット	しょうが にんにく キャベツ きゅうり にんじん ほうれんそう ねぎ	
2	ど	ウエハース ぎゅうにゅう	すいぎょうざ そうめんサラダ フルーツ	おかし ぎゅうにゅう	209/490	すいぎょうざ きょくにソーセージ ぎゅうにゅう	ごまあぶら そうめん さとう マヨネーズ ビスケット あられ ウエハース こめ	もやし えのきたけ ねぎ しょうが きゅうり キャベツ にんじん パナナ	
3	にち								
4	げつ	(3月誕生会) クラッカー ぎゅうにゅう	さかなのオランダあげ かぼちゃサラダ・ミニトマト デザート	にしよくフルーツ ぎゅうにゅう	311/552	ホキ ぎゅうにゅう	かたくりこ こむぎこ あぶら マヨネーズ クラッカー こめ	にんじん たまねぎ ビーマン ミニトマト かぼちゃ きゅうり レーズン もも りんご	
5	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	カレーうどん ポテト せんざりサラダ フルーツ	ミルクくすもち	303/468	ふたにく サラダチーズ スキムミルク きなこ ぎゅうにゅう	かんそううどん あぶら かたくりこ マヨネーズ さとう シガービスケット こめ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり みかん	
6	すい	(お別れ遠足) ポーロ ぎゅうにゅう	メンチカツ こふきいも ごもくじる ぎゅうにゅう	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	242/516	もめんどうふ あぶらあげ きなこ ぎゅうにゅう	あぶら じゃがいも さといも かたくりこ マカロニ さとう ポーロ こめ	にんじん だいこん ほししいたけ ねぎ	
7	もく	中目録・お入園お祝い ビスケット ぎゅうにゅう	ぎゅうにくどん ながいものばいにくあえ ぎゅうにゅう	チョココース	229/524	ぎゅうにく たまご とりさきみ かつおぶし なまクリーム ゼラチン ぎゅうにゅう	しらたき あぶら さとう チョコレート コーンフレーク ビスケット こめ	たまねぎ にんじん しょうが きゅうり えのきたけ ねぎ	
8	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	とりにくのおきな さつまいものあまに せんざりだいこんすのもの マミ	いもまんじゅう ぎゅうにゅう	237/511	とりももにく とりさきみ ぎゅうにゅう	さとう さつまいも すりごま さといも マミ ミックスこ こしあん かたくりこ アスパラガスビスケット こめ	しょうが きりぼしだいこん きゅうり コーン	
9	ど	ウエハース ぎゅうにゅう	ししゃもフライ・ホキフライ サラダ ハンパンスープ	おかし ぎゅうにゅう	233/504	サラダチーズ スキムミルク ぎゅうにゅう	ししゃもフライ・ホキフライ あぶら マヨネーズ バター こむぎこ ビスケット あられ せんべい ウエハース こめ	きゅうり キャベツ にんじん かぼちゃ たまねぎ マッシュルーム	
10	にち								
11	げつ	(避難訓練①) クラッカー ぎゅうにゅう	ミートソースパスタ ナゲット・サラダ デザート	しろくま	344/528	ぎゅうひきにく ふたひきにく ナゲット サラダチーズ ヨーグルト ぎゅうにゅう	かんそうスパゲッティ あぶら さとう アイスクリューム クラッカー こめ	たまねぎ にんじん グリンピース コーン トマト キャベツ きゅうり みかん もも バインアップル	
12	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	とりにくのからあげ スーミータン ミニトマト フルーツ	ハンパンスープ	282/501	とりももにく たまご ぎゅうにゅう	かたくりこ こむぎこ はるさめ ミックスこ バター シガービスケット こめ	しょうが もやし にんじん グリーンコーン オレンジ ミニトマト かぼちゃ	
13	すい	ポーロ ぎゅうにゅう	マーボー豆腐 かふうサラダ ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう	258/504	ふたひきにく もめんどうふ あかみそ ぎゅうにゅう	ごまあぶら さとう かたくりこ コーンフレーク クッキー せんべい ポーロ こめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが きゅうり もやし コーン スープようかんてん	
14	もく	ビスケット ぎゅうにゅう	チンカレー フルーツポンチ カルピス	ポパイむしパン ぎゅうにゅう	301/518	とりももにく スキムミルク ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら さとう ミックスこ ビスケット こめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが りんご みかん もも パナナ ほうれんそう	
15	きん	(卒園式) アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	たまごどん とんかつ サラダ	いもけんぴ ぎゅうにゅう	238/471	たまご サラダチーズ ぎゅうにゅう	ふたひしカツ あぶら さとう さつまいも マヨネーズ アスパラガスビスケット こめ	えのきたけ にんじん たまねぎ こまつな キャベツ	
16	ど	ウエハース ぎゅうにゅう	コロケ マカロニサラダ きのこスープ	おかし ぎゅうにゅう	267/509	ヨーグルト サラダチーズ とりももにく ぎゅうにゅう	あぶら マカロニ さとう じゃがいも クラッカー ビスケット あられ ウエハース こめ	きゅうり バインアップル みかん にんじん たまねぎ ふなしめじ	
17	にち								
18	げつ	クラッカー ぎゅうにゅう	こおり豆腐のたまごとしに さんしょくナムル ぎゅうにゅう	ドーナツ ぎゅうにゅう	225/496	こうや豆腐 ふたにく たまご ぎゅうにゅう	こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら ミックスこ クラッカー こめ	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが もやし ほうれんそう	
19	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	ホキのみそに さといものころがし せんざりだいこんサラダ	きなこむしパン ぎゅうにゅう	184/432	ホキ こめみそ やきちくわ きなこ サラダチーズ ぎゅうにゅう	さとう さといも マヨネーズ ミックスこ シガービスケット こめ	しょうが きりぼしだいこん にんじん きゅうり	
20	すい	春分の日 (修了式)							
21	もく	ビスケット ぎゅうにゅう	おひめさんだんごじる ぎょうざ いとかんてんすのもの	おかし ぎゅうにゅう	224/459	とりむねにく きょうざ しらすほし スキムミルク ぎゅうにゅう	さつまいも こむぎこ さといも あぶら さとう せんべい ビスケット クッキー こめ	だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ きゅうり スープようかんてん えのきたけ カットワカメ	
22	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	あげだし豆腐 ごもくひじき ぎゅうにゅう	にくまん ぎゅうにゅう	216/486	もめんどうふ だいすみずし しらすほし あぶらあげ ぎゅうにゅう	あぶら さとう きょうりきこ こむぎこ アスパラガスビスケット こめ	ねぎ ひじき にんじん だいこん れんこん えだまめ	
23	ど	ウエハース ぎゅうにゅう	ナゲット ミルクチャウダー フルーツ	おかし ぎゅうにゅう	202/474	ナゲット ウィンナー スキムミルク ぎゅうにゅう	じゃがいも バター こむぎこ コーンフレーク ビスケット あられ ウエハース こめ	たまねぎ にんじん りんご	
24	にち								
25	げつ	クラッカー ぎゅうにゅう	ホキフライ かぼちゃのあまに こんざいミネストローネ	ちんすこう ぎゅうにゅう	227/514	ウィンナー スキムミルク ぎゅうにゅう	ホキフライ あぶら さとう じゃがいも さといも こむぎこ クラッカー こめ	かぼちゃ だいこん たまねぎ れんこん にんじん トマト グリンピース	
26	か	シガービスケット ぎゅうにゅう	タンドリチキン ポテトサラダ わかめスープ	ラスク ぎゅうにゅう	232/476	とりももにく ヨーグルト きょくにソーセージ ぎゅうにゅう	さとう あぶら じゃがいも マヨネーズ すりごま ごまあぶら しょうパン バター シガービスケット こめ	しょうが きゅうり にんじん ねぎ カットワカメ	
27	すい	ポーロ ぎゅうにゅう	しゅうまい どんじる きゅうりのこんぶあえ ぎゅうにゅう	フルーツヨーグルト	265/464	しゅうまい ふたにく もめんどうふ こめみそ ヨーグルト ぎゅうにゅう	さつまいも さとう ポーロ こめ	だいこん にんじん ごぼう ねぎ ほししいたけ きゅうり しおこんぶ パナナ もも みかん	
28	もく	ビスケット ぎゅうにゅう	しょうがやき ごますあえ フルーツ	ココアスコーン ぎゅうにゅう	230/452	ふたにく ぎゅうにゅう	あぶら さとう すりごま ミックスこ バター ビスケット こめ	たまねぎ にんじん しょうが もやし えのきたけ きゅうり りんご	
29	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	げんちゃんに ひじきのごまマヨあえ ゼリー	キャロットむしパン ぎゅうにゅう	274/513	もめんどうふ ふたにく ぎゅうにゅう	さといも さとう すりごま マヨネーズ ミックスこ アスパラガスビスケット こめ	だいこん にんじん ごぼう ひじき コーン きゅうり	
30	ど	ウエハース ぎゅうにゅう	ハンバーグ 付) スパゲティ チーズ ポトフ	おかし ぎゅうにゅう	218/554	サラダチーズ ウィンナー ハンバーグ ぎゅうにゅう	バター こむぎこ かんそうスパゲッティ じゃがいも ビスケット クラッカー あられ ウエハース こめ	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト グリンピース	
31	にち								

※ 上記以外の調味料で使っているもの
 …す うすくちしょうゆ・こいくちしょうゆ わふうだし しお・こしょう つゆめいじん ウスターソース ケチャップ カレーこ コンソメ とりがらすもつと ドライイースト

※ エネルギー表記は、以上児：昼食のみ、未満児：昼食・おやつ（午前中含む）です

※ 献立の内容は、やむを得ず変更する場合があります。ご了承ください。

