

3がっ 給食献立表



*乳児クラスは、9時半頃に牛乳または飲むヨーグルトが出ます。
*アレルギー等の確認のため、食べたことのない食材はご家庭で事前に試してみてください。

	きょうしやく	ざいりょう	おやつ	ざいりょう
2月	けんちんうどん きゃべつとあつあげのにも よーぐると	乾麺・鶏もも肉・長ねぎ・人参・ごぼう・さといも・醤油・みりん・塩/厚揚げ・人参・きゃべつ・しめじ・サラダ油・醤油・みりん・洗糖/加糖ヨーグルト	幼児 おかしもりあわせりんごじゅーず 乳児 おかしもりあわせりんごじゅーず	市販菓子 りんごジュース
3月	ちらしずし さけのしおこうじやき やさいのゆかりあえ わかめとたけのこのすましじる	七分つき米・昆布・干し椎茸・れんご・人参・油揚げ・醤油・みりん・さやえんどう・酢・上白糖・塩/鮭・塩こうじ/もやし・人参・きゅうり・醤油・ゆかり/生わかめ・たけのこ・醤油・塩	幼児 ひなまつりけーきぎゅうにゅう 乳児 ひなまつりけーきほてとのすーぷ	薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・洗糖・サラダ油・豆乳・抹茶・いちごパウダー・いちご・ひななあれ/牛乳 【乳児：じゃがいも・玉ねぎ・塩】
4月	ぶたにくとごぼうのまぜごはん ちゅうかあえに よしのじる	七分つき米・押麦・醤油・酒・サラダ油・豚もも肉・ごぼう・人参・干し椎茸・油揚げ・洗糖・酒・醤油・みりん・塩・さやいんげん/きゃべつ・人参・緑豆春雨・ローズハム・サラダ油・洗糖・塩・酢・醤油・ごま油/木綿豆腐・にら・えのきたけ・醤油・塩・片栗粉	幼児 やさいやきそばむぎちゃ 乳児 やさいやきそばちんげんさいみそじる	蒸し中華麺・豚もも肉・もやし・きゃべつ・人参・アスパラガス・サラダ油・ウスターソース・中濃ソース/麦茶 【乳児：青梗菜・玉ねぎ・味噌】
5月	おせきはん とりのあおりのふうみからあげ 乳児)とりのあおりのふうみやき にんじんしりしり だいこんとこまつなのみそじる	七分つき米・もち米・小豆・黒ごま・塩/鶏もも肉・酒・醤油・生姜・片栗粉・あおりの揚げ油/人参・もやし・ツナ缶・粉削り・サラダ油・醤油・洗糖・酒/大根・小松菜・味噌	幼児 てづくりいちごじゃむさんどのむよーぐると 乳児 てづくりいちごじゃむさんどさつまいものみそじる	食パン・いちご・上白糖・レモン果汁/飲むヨーグルト 【乳児：さつまいも・えのきたけ・味噌】
6月	きびいりごはん とりつくねやき うどのきんぴら もずくとじゃがいものみそじる	七分つき米・きび/鶏ひき肉・醤油・みりん・生姜/もやし・にら・人参・サラダ油・塩・醤油/鶏もも肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・小葱・ベーコン・サラダ油・豆乳・味噌・塩	幼児 こくとうちんすこうぎゅうにゅう 乳児 こくとうちんすこうかぼちゃすーぷ	薄力粉・上白糖・黒砂糖・ラード/牛乳 【乳児：かぼちゃ・玉ねぎ・醤油・塩】
7月	つなまよとーすと さんしょくに たまねぎすーぷ いちご	食パン・エッグフリーマヨネーズ・ツナ缶・玉ねぎ/じゃがいも・人参・冷凍コーン・洗糖・塩・さやいんげん/鶏もも肉・酒・人参・玉ねぎ・塩/いちご	幼児 おかしもりあわせりんごじゅーず 乳児	市販菓子 りんごジュース
9月	きびいりごはん さわらのてりやき もやしいため とりとさつまいものとうにゅうみそじる	七分つき米・きび/さわら・醤油・みりん・生姜/もやし・にら・人参・サラダ油・塩・醤油/鶏もも肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・小葱・ベーコン・サラダ油・豆乳・味噌・塩	幼児 きなこむしばんぎゅうにゅう 乳児 きなこむしばんかぶのすーぷ	薄力粉・ベーキングパウダー・きな粉・上白糖・塩・豆乳・サラダ油/牛乳 【乳児：かぶ・かぶ菜・醤油・塩】
10月	こくとうばん たんどりーちきん こまつなのこうみいため ばすたすーぷ	黒糖丸パン/鶏もも肉・にんにく・醤油・トマトケチャップ・塩・カレー粉・エッグフリーマヨネーズ・サラダ油/小松菜・もやし・人参・生姜・にんにく・サラダ油・塩/マカロン・冷凍コーン・ベーコン・玉ねぎ・きゃべつ・塩	幼児 おかかやきおにぎりむぎちゃたべにぼし 乳児 おかかやきおにぎりおふとながねぎのみそじる	七分つき米・塩・醤油・粉削り・みりん・醤油/麦茶 【乳児：おつゆ・長ねぎ・味噌】 【2才～：食べ煮干し】
11月	むぎごはん さかなのさくさくあげ はるやさいのおかか たまねぎとえのきのみそじる	七分つき米・押麦/真鯛・酒・塩・薄力粉・片栗粉・ベーキングパウダー・サラダ油・揚げ油/きゃべつ・人参・アスパラガス・菜花・冷凍コーン・醤油・粉削り/玉ねぎ・えのきたけ・味噌	幼児 すいーとほてともんぶらんぎゅうにゅうきよみおれんじ 乳児 すいーとほてともんぶらんとまとすーぷきよみおれんじ	さつまいも・発酵豆乳マーガリン・豆乳・上白糖・クラッカー/牛乳 果物：きよみオレンジ 【乳児：トマト・玉ねぎ・塩】
12月	どらいかれー ぶろっこりーそてー こまつなとはるさめのすましじる しはんぜりー	七分つき米・塩・カレー粉・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ホールトマト缶・冷凍コーン・にんにく・生姜・サラダ油・トマトケチャップ・ウスターソース・カレーパウダー/ブロッコリー・玉ねぎ・ベーコン・サラダ油・塩/小松菜・緑豆春雨・醤油・塩/市販ゼリー・乳児のんご、幼児みかん、りんご・ぶどうから選ぶ	幼児 あんまんぎゅうにゅう 乳児 あんまんきゃべつのすーぷ	パン酵母・洗糖・薄力粉・塩・小豆/牛乳 【乳児：きゃべつ・ベーコン・塩】
13月	ぐりんぴーすごはん しゅうまい やさしいため おふとはくさいのみそじる	七分つき米・もち米・昆布・塩・グリーンピース/しゅうまいの皮・豚ひき肉・塩・醤油・酒・洗糖・ごま油・玉ねぎ・片栗粉・干し椎茸・冷凍コーン/ちやし・人参・玉ねぎ・ベーコン・オリーブ油・塩・醤油/おつゆ・白菜・味噌	幼児 きゃろぶらすくむよーぐると 乳児 きゃろぶらすくわかめのちゅうかすーぷ	食パン・発酵豆乳マーガリン・キャロブ粉・上白糖/飲むヨーグルト 【乳児：長ねぎ・茗荷・醤油・塩・片栗粉・ごま油】
14月	すばげっていちきんとまとそーす ぶろっこりーこーんそてー わふうぼとふ いちご	スパゲッティ・オリーブ油・鶏もも肉・玉ねぎ・サラダ油・ホールトマト缶・洗糖・トマトケチャップ・塩・カレー粉/ブロッコリー・冷凍コーン・ベーコン・サラダ油・塩/ベーコン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・きゃべつ・塩/いちご	幼児 おかしもりあわせりんごじゅーず 乳児	市販菓子 りんごジュース
16月	けんちんうどん きゃべつとあつあげのにも よーぐると	乾麺・鶏もも肉・長ねぎ・人参・ごぼう・さといも・醤油・みりん・塩/厚揚げ・人参・きゃべつ・しめじ・サラダ油・醤油・みりん・洗糖/加糖ヨーグルト	幼児 ほうさいわかめごはんむぎちゃにほしこまちっぷ 乳児 ほうさいわかめごはんもやしのみそじる	防災用わかめごはん/麦茶 【乳児：もやし・白菜・味噌】 【2才～：食べ煮干し・白ごま・洗糖・醤油】

ちょうりしつ
せいぞろひ



《てまえおやつ》
やきそばつくり
みかんくみ

ぞつえん
おめでとう
めいこ



ぞつえんしき



《おてつだい》
みかんくみ
たまねぎの
かわむき



おわかれ
きょうしやく



《おてつだい》
りんごくみ
ぐりんぴーす
のさやとり



ローリングストックに
ご協力ください。



17	むぎごはん さけのしおこうじやき やさいのゆかりあえ わかめとたけのこのすましじる	七分つき米・押麦/鮭・塩こうじ/もやし・人参・きゅうり・醤油・ゆかり/生わかめ・たけのこ・醤油・塩	幼児 とうにゅうむしばん ぎゅうにゅう きよみおれんじ	薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・上白糖・塩・サラダ油・豆乳/牛乳 果物：きよみオレンジ 【乳児：じゃがいも・玉ねぎ・塩】	
18	ぶたにくとごぼうのませごはん ちゅうかあえに よしのじる	七分つき米・押麦・醤油・酒・サラダ油・豚もも肉・ごぼう・人参・干し椎茸・油揚げ・洗糖・酒・醤油・みりん・塩・さやいんげん/きゃべつ・人参・緑豆春雨・ローズハム・サラダ油・洗糖・塩・酢・醤油・ごま油/木綿豆腐・にら・えのきたけ・醤油・塩・片栗粉	幼児 やさいやきそば むぎぢゃ	《てまえおやつ》 やさそばつくり ぶどうくみ	蒸し中華麺・豚もも肉・もやし・きゃべつ・人参・アスパラガス・サラダ油・ウスターソース・中濃ソース/麦茶 【乳児：青梗菜・玉ねぎ・味噌】
19	ごましおごはん とりのあおりのふうみからあげ 乳児）とりのあおりのふうみやきにんじんしりしり だいこんとこまつなのみそじる	七分つき米・きび・黒ごま・塩/鶏もも肉・酒・醤油・生姜・片栗粉・あおりの揚げ油/人参・もやし・ツナ缶・粉削り・サラダ油・醤油・洗糖・酒/大根・小松菜・味噌	幼児 ばんのしょーとけーき のむよーぐると	たんじょうがい	食パン・いちご・上白糖・レモン果汁・生いちご/飲むヨーグルト 【さつまいも・えのきたけ・味噌】
20	しゅんぷんのひ				
21	つなまよとーすと さんしょくに たまねぎすーぶ いちご	食パン・エッグフリーマヨネーズ・ツナ缶・玉ねぎ/じゃがいも・人参・冷凍コーン・洗糖・塩・さやいんげん/鶏もも肉・酒・人参・玉ねぎ・塩/いちご	幼児 おかしもりあわせ りんごじゅーす	りんごジュース	
23	きびいりごはん さわらのてりやき もやしいため とりとさつまいものとうにゅうみそじる	七分つき米・きび/さわら・醤油・みりん・生姜/もやし・にら・人参・サラダ油・塩・醤油/鶏もも肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・小葱・ベーコン・サラダ油・豆乳・味噌・塩	幼児 きなこむしばん ぎゅうにゅう	薄力粉・ベーキングパウダー・きな粉・上白糖・塩・豆乳・サラダ油/牛乳 【乳児：かぶ・かぶ菜・醤油・塩】	
24	こくとうぱん たんどりーちきん こまつなのこうみいため ばすたすーぶ	黒糖丸パン/鶏もも肉・にんにく・醤油・トマトケチャップ・塩・カレー粉・エッグフリーマヨネーズ・サラダ油/小松菜・もやし・人参・生姜・にんにく・サラダ油・塩/マカロニ・冷凍コーン・ベーコン・玉ねぎ・きゃべつ・塩	幼児 おかかやきおにぎり むぎぢゃ たべにぼし	七分つき米・塩・醤油・粉削り・みりん・醤油/麦茶 【乳児：おつゆ麩・長ねぎ・味噌】 【2才～：食へ煮干し】	
25	むぎごはん さかなのさくさくあげ はるやさいのおかかに たまねぎとえのきのみそじる	七分つき米・押麦/真鯛・酒・塩・薄力粉・片栗粉・ベーキングパウダー・サラダ油・揚げ油/きゃべつ・人参・アスパラガス・菜花・冷凍コーン・醤油・粉削り/玉ねぎ・えのきたけ・味噌	幼児 すいーとほとともんぶらん ぎゅうにゅう きよみおれんじ	すいーとほとともんぶらん とまとすーぶ きよみおれんじ	さつまいも・発酵豆乳マーガリン・豆乳・上白糖・クラッカー/牛乳 果物：きよみオレンジ 【乳児：トマト・玉ねぎ・塩】
26	どらいかれー ぶろっこりーそてー こまつなとはるさめのみそじる	七分つき米・塩・カレー粉・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ホールトマト缶・冷凍コーン・にんにく・生姜・サラダ油・トマトケチャップ・ウスターソース・カレー/ルウ/ブロッコリー・玉ねぎ・ベーコン・サラダ油・塩/小松菜・緑豆春雨・醤油・塩	幼児 あんまん ぎゅうにゅう	パン酵母・洗糖・薄力粉・塩・小豆/牛乳 【乳児：きゃべつ・ベーコン・塩】	
27	ぐりんぴーすごはん しゅつまい やさしいため おふとはくさいのみそじる	七分つき米・もち米・昆布・塩・グリーンピース/しゅつまいの皮・豚ひき肉・塩・醤油・酒・洗糖・ごま油・玉ねぎ・片栗粉・干し椎茸・冷凍コーン/もやし・人参・玉ねぎ・ベーコン・オリーブ油・塩・醤油/おつゆ麩・白菜・味噌	幼児 きやろぶらすく のむよーぐると	食パン・発酵豆乳マーガリン・キャロップ粉・上白糖/飲むヨーグルト 【乳児：長ねぎ・苜蓿・醤油・塩・片栗粉・ごま油】	
28	すばげっていちきんとまとそーす ぶろっこりーこーんそてー わふうほとふ いちご	スパゲッティ・オリーブ油・鶏もも肉・玉ねぎ・サラダ油・ホールトマト缶・洗糖・トマトケチャップ・塩・カレー粉/ブロッコリー・冷凍コーン・ベーコン・サラダ油・塩/ベーコン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・きゃべつ・塩/いちご	幼児 おかしもりあわせ りんごじゅーす	りんごジュース	
30	うめとしらすのちゃーはん あぶらあげさらだ さといもとわかめのみそじる	七分つき米・押麦・ねりうめ・しらす干し・長ねぎ・青梗菜・サラダ油・塩・醤油/きゃべつ・人参・きゅうり・油揚げ・サラダ油・ごま油・醤油・酢・洗糖・塩/里手・わかめ・味噌	幼児 まかろになぼりたん むぎぢゃ たべにぼし	ジェルマカロニ・ローズハム・玉ねぎ・エリンギ・にんにく・オリーブ油・トマトピューレ・トマトケチャップ・塩 【幼児：食へ煮干し】 【乳児：大根・人参・醤油・塩】	
31	きびいりごはん とりつくねやき うどのきんぴら もずくとじゃがいものみそじる	七分つき米・きび/鶏ひき肉・醤油・みりん・生姜・長ねぎ・パン粉・酒・サラダ油・醤油・みりん・片栗粉/うど・人参・ごま油・醤油・みりん/もずく・じゃがいも・味噌	幼児 こくとうちんすこう ぎゅうにゅう	薄力粉・上白糖・黒砂糖・ラード/牛乳 【乳児：かぼちゃ・玉ねぎ・醤油・塩】	

【栄養価】	クラス	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	塩分	食物繊維
乳児	0.1歳	509	18.2	14.5	190	1.8	119	0.20	0.19	17	2.1	4.6
幼児	2.3.4.5歳	568	20.2	15.5	164	2.4	123	0.25	0.19	17	2.3	5.4

今月の献立のわらい

- *食品、料理の種類を多く取り入れ十分食べられるようにします。
- *献立、おやつにボリュームをもたせます。
- *咀しゃく力をつけるような献立にします。

- *献立は、食材の都合により変更することがあります。
- *2歳の献立は幼児食をご確認ください。

ぶどうくみのみなさん
きゅうしょくをたくさんたのしんで
くれてありがとう。しょうがつこうで
もたくさんおいしいきゅうしょくが
まってるよ！



- 野菜** ... さやえんどう・ほうれん草・あさつき・ふき・にら・菜の花・パセリ
アスパラガス・菊・グリーンピース・そら豆・新玉ねぎ
いも類 ... 新じゃがいも
魚 ... ひらめ・ぶり・さより・かに・きんぎょ・まだい・にしん
果物 ... いちご・いよかん・清見オレンジ・はっさく・夏みかん・河内晩柑