



	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
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	
昼食		ごはん 豆腐のみそ汁 鶏のから揚げ ブロッコリーのツナ和え りんご	スパゲティナポリタン 大根スープ レタスとチーズサラダ バナナ	ごはん 白菜のみそ汁 マーボー豆腐 小松菜ともやしの和え物 オレンジ	食パン じゃが芋スープ タラのピカタ コールスローサラダ キウイフルーツ	入園式
午後おやつ		きなこ蒸しパン 牛乳	さつま芋スティック 牛乳	クッキー 牛乳	おかかおにぎり 麦茶	
	7	8	9	10	新入園児給食開始11	12
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・麦茶	お菓子・牛乳	野菜ジュース
昼食	ごはん いんげんのみそ汁 豚肉の生姜焼き 納豆野菜和え もも	ごはん 小松菜のみそ汁 焼き魚(さば) じゃが芋の筑前煮 オレンジ	ごはん かきたま汁 鶏の照り焼き 三色和え パイナップル	ごはん さつま芋スープ ハンバーグ ブロッコリーサラダ キウイフルーツ	わかめうどん 豚肉の甘みそ焼き チンゲン菜のお浸し バナナ	焼き鶏丼 えのきのみそ汁 キャベツと竹輪和え オレンジ
午後おやつ	プリン ビスケット・麦茶	お好み焼き 牛乳	りんごジャムサンド 牛乳	豆乳ホットケーキ 牛乳	夕焼けごはんおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳
	14	15	16	17	食育の日 18	19
午前おやつ	お菓子・牛乳	お菓子・麦茶	お菓子・麦茶	お菓子・麦茶	お菓子・牛乳	野菜ジュース
昼食	カレーライス ワカメスープ 大根サラダ デコポン	ごはん 豆腐のみそ汁 鶏のから揚げ ブロッコリーのツナ和え りんご	スパゲティナポリタン 大根スープ レタスとチーズサラダ バナナ	ごはん 白菜のみそ汁 マーボー豆腐 小松菜ともやしの和え物 オレンジ	食パン・じゃが芋スープ タラのピカタ 春キャベツの コールスローサラダ※ キウイフルーツ	五目野菜ラーメン 鶏肉の磯辺焼き バナナ
午後おやつ	フルーツヨーグルト カルシウムせんべい・麦茶	きなこ蒸しパン 牛乳	さつま芋スティック 牛乳	クッキー 牛乳	おかかおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳
	21	22	23	24	誕生会 25	26
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・麦茶	野菜ジュース
昼食	ごはん いんげんのみそ汁 豚肉の生姜焼き 納豆野菜和え もも	ごはん 小松菜のみそ汁 焼き魚(鮭) じゃが芋の筑前煮 オレンジ	ごはん かきたま汁 鶏の照り焼き 三色和え パイナップル	わかめうどん 豚肉の甘みそ焼き チンゲン菜のお浸し バナナ	親子丼 えのきのみそ汁 ブロッコリーの竹輪和え キウイフルーツ	ツナチャーハン キャベツスープ パンパンジーサラダ オレンジ
午後おやつ	プリン ビスケット・麦茶	お好み焼き 牛乳	りんごジャムサンド 牛乳	夕焼けごはんおにぎり 麦茶	いちごカップケーキ 牛乳	お菓子 牛乳
	28	29	30			
午前おやつ	お菓子・牛乳		お菓子・麦茶	旬の食材 春キャベツ 玉葱 筍 わかめ いちご おいしい「春キャベツ」の選び方 芯の切り口が小さく、巻きがゆるくふんわりしているものを選びましょう。また、葉が鮮やかなグリーンで全体にツヤとハリがあるものがおすすめです。 おすすめ料理: サラダ、漬物などの生食		
昼食	カレーライス ワカメスープ 大根サラダ デコポン	昭和の日	ごはん 豆腐のみそ汁 肉団子 ほうれん草の和え物 バナナ			
午後おやつ	フルーツヨーグルト カルシウムせんべい・麦茶		カステラ 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。

※ 18日 食育の日は、旬のキャベツを使用した「春キャベツのコールスローサラダ」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	474	18.9	11.8	71.0	211	1.5