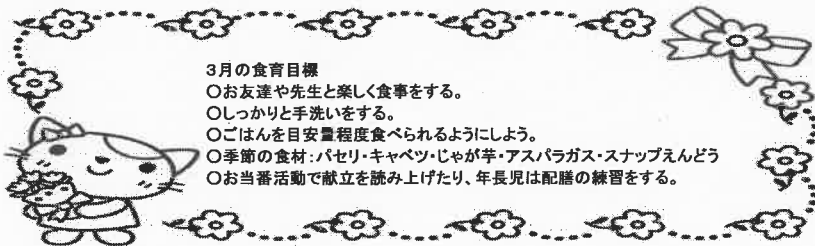




日 曜	献立名	材 料 名			
		上:未開発期のおやつ 下:全児3時のおやつ	黄:熱や力になるもの 赤:血や肉や骨になるもの	緑:体の調子を整えるもの	
1	☆誕生会☆ わかめ御飯 ／ 鶏の立田揚げ・スープ・ゼリー 水 白菜とりんごのゆずサラダ	牛乳・スナック ロールケーキ スキムミルク	精白米・なたね油・三温糖・片栗粉・パン粉・白ごま・ロールケーキ	油揚げ・しらすし・わかめ・ベーコン・スキムミルク	生姜・人参・玉葱・白菜・キャベツ・りんご・きゅうり・ゆず・パセリ
2	ピーシチュー ／ 山吹和え 木 りんご	牛乳・豚身スティック ポップコーン スキムミルク	じゃが芋・なたね油・三温糖・黒糖・生コーン	牛肉・卵・おから・スキムミルク	玉葱・人参・エリンギ・グリーンピース・トマトピューレ・きゅうり・りんご
3	おでん ／ 切干大根のサラダ・いちご	牛乳・おかし 豆乳もち スキムミルク	なたね油・三温糖・じゃが芋・マカロニ・バター・薄力粉・パン粉・食パン	むぎえび・チーズ・豆乳・天ぷら・いりこ・木綿豆腐・米みそ・卵・スキムミルク	エリンギ・玉葱・しめじ・ブロッコリー・パセリ・切干大根・人参・えのきたけ・こねぎ
4	ちゃんぽん ／ コロコロサラダ 土 チーズ	牛乳・ビスケット 菓子(スナック) 牛乳	ちゃんぽん麺・なたね油・三温糖・じゃが芋・マヨネーズ・スナック	豚肉・かまぼこ・チーズ・牛乳	玉ねぎ・人参・キャベツ・生しいたけ・こねぎ・きゅうり
6	高野豆腐のオランダ煮 ／ 納豆和え 月 みそ汁・いちご	牛乳・小魚スナック 菓子(ビスケット) りんごジュース	じゃが芋・なたね油・白ごま・片栗粉・三温糖・ビスケット	高野豆腐・鶏肉・納豆・いりこ・米みそ	人参・玉葱・ピーマン・しめじ・大根・えのきたけ・小松菜・こねぎ・いちご・りんごジュース
7	☆お別れ満足☆ ／ お弁当をお願いします 火	牛乳・クッキー おやつの詰め合わせ ココア豆乳	じゃが芋・なたね油・白ごま・片栗粉・三温糖・ビスケット	高野豆腐・鶏肉・納豆・いりこ・米みそ	人参・玉葱・ピーマン・しめじ・大根・えのきたけ・小松菜・こねぎ・いちご・りんごジュース
8	魚のキャロットソース焼き ／ じゃが芋の酢の物 水 みそ汁・りんご	牛乳・せんべい ウインナロール スキムミルク	三温糖・なたね油・マヨネーズ・じゃが芋・白ごま・ロールパン	白身魚・いりこ・米みそ・厚揚げ・ウインナー・スキムミルク	玉葱・人参・パセリ・きゅうり・とうもろこし缶・レタス・えのきたけ・こねぎ・キャベツ
9	ミックスオムレツ ／ もずくのチャプチェ 木 満し汁・いちご	牛乳・野菜スナック フルーツヨーグルト和え ミルク・おこし	なたね油・三温糖・ごま油・おこし	卵・ウインナー・豚肉・もずく・木綿豆腐・わかめ・いりこ・ヨーグルト・スキムミルク	玉葱・人参・ピーマン・生姜・キャベツ・もやし・えのきたけ・こねぎ・いちご・りんご・黄桃缶・パン缶・みかん缶
10	☆米飯給食☆ ハセシライス ／ 鶏の照り焼き 金 スパゲティサラダ・ゼリー	牛乳・かりんとう クワッパン 牛乳	精白米・なたね油・三温糖・スパゲティ・マヨネーズ・クワッパン・ゼリー	牛肉・鶏肉・ツナ缶・牛乳	玉ねぎ・人参・にんにく・エリンギ・トマトピューレ・生姜・レタス・キャベツ・きゅうり
11	親子うどん ／ ツナと青菜のさっぱり和え 土 ブルーン	牛乳・ビスケット 菓子(ねじねじ) 牛乳	なたね油・三温糖・うどん種・ねじねじ・白ごま	鶏肉・卵・かつお節・昆布・ツナ缶・牛乳	干しいたけ・玉ねぎ・人参・キャベツ・こねぎ・小松菜・もやし・ブルーン
13	鶏のグラタン ／ バインサラダ 月 コーンスープ・りんご	牛乳・クッキー かるかん スキムミルク	三温糖・なたね油・じゃが芋・マカロニ・パン粉・上新粉・ホットケーキ粉・あんこ	鶏肉・チーズ・バター・スキムミルク	玉ねぎ・人参・エリンギ・しめじ・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・パイン缶・コーンクリーム缶・パセリ・りんご
14	ミートボールスープ ／ 温野菜サラダ 火 チーズ	牛乳・クラッカー クッキングペーパー 牛乳	春雨・なたね油・三温糖・片栗粉・じゃが芋・マヨネーズ・ねりごま・ホットケーキ粉	合挽ミンチ・卵・生クリーム・牛乳	人参・玉ねぎ・生姜・白菜・ニラ・こねぎ・ブロッコリー・いちご・黄桃缶
15	魚の塩麹焼き ／ 春雨サラダ 水 みそ汁・ブルーン	牛乳・ポップコーン ホットケーキ スキムミルク	三温糖・春雨・なたね油・さつまいも・ホットケーキ粉	白身魚・木綿豆腐・いりこ・米みそ・豆乳・牛乳	生姜・レタス・もやし・きゅうり・人参・玉葱・えのきたけ・こねぎ・ブルーン



日 曜	献立名	材 料 名			
		上:未開発期のおやつ 下:全児3時のおやつ	黄:熱や力になるもの 赤:血や肉や骨になるもの	緑:体の調子を整えるもの	
16	麻婆豆腐 ／ ポテトサラダ 木 かきたま汁・みかん	牛乳・スナック ぼろれん卓スコーン スキムミルク	なたね油・三温糖・片栗粉・ごま油・マヨネーズ・バター	木綿豆腐・豚ミンチ・赤みそ・いりこ・卵・豆乳・スキムミルク	人参・干しいたけ・ニラ・キャベツ・きゅうり・こねぎ・もやし・玉ねぎ・みかん・ぼろれん卓
17	春野菜のカレシ ／ ひじきのゴマドレサラダ 金 りんご	牛乳・豚身スティック ×ロンパン スキムミルク	なたね油・じゃが芋・三温糖・白ごま・メロンパン	鶏肉・ひじき・スキムミルク	玉葱・人参・トマトピューレ・レタス・きゅうり・とうもろこし缶・りんご
18	卒園式				
20	イエローポタージュ ／ レモン和え 月 りんご	牛乳・小魚スナック ぼたもち お茶	なたね油・三温糖・じゃが芋・精白米・もち米・あんこ	鶏肉・豆乳・チーズ・ツナ缶・黄粉	人参・玉ねぎ・南瓜・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・レモン・りんご
22	煮魚 ／ マカロニサラダ 水 豆乳スープ・みかん	牛乳・せんべい 焼き芋 スキムミルク	マカロニ・なたね油・三温糖・マヨネーズ・さつまいも	白身魚・ローズハム・豆乳・スキムミルク	玉葱・人参・生姜・きゅうり・レタス・とうもろこし缶・大根・白菜・えのきたけ・こねぎ・みかん
23	焼き肉 ／ わかめサラダ 木 みそ汁・ブルーン	牛乳・かりんとう パンせんべい スキムミルク	三温糖・なたね油・白ごま・パン・黒糖・バター	牛肉・米みそ・いりこ・米みそ・わかめ・油揚げ・スキムミルク	玉ねぎ・キャベツ・人参・もやし・ピーマン・にんにく・ピーマン・南瓜・こねぎ・きゅうり・ブルーン
24	魚のバーベキュー風 ／ 春雨ソテー 金 みそ汁・りんご	牛乳・野菜スティック レーズンパン スキムミルク	なたね油・三温糖・ごま油・白ごま・片栗粉・春雨・レーズンパン	白身魚・卵・いりこ・米みそ・油揚げ・スキムミルク	玉ねぎ・りんご・レタス・人参・生しいたけ・白菜・えのきたけ・こねぎ・りんご
25	肉うどん ／ さつまいもの甘煮 土 チーズ	牛乳・ねじねじ 菓子(かりんとう) 牛乳	なたね油・三温糖・うどん種・さつまいも・かりんとう	牛肉・かつお節・昆布・チーズ・牛乳	玉葱・人参・こねぎ・干しいたけ
27	タンドリチキン ／ 切り干し大根の煮物・ブルーン 月 大豆のカレースープ	牛乳・クラッカー お好み焼き 牛乳	なたね油・三温糖・お好み焼き粉・山手・マヨネーズ	鶏肉・ヨーグルト・さつまいも・大豆・ベーコン・卵・豚肉・かつお節・牛乳	玉葱・人参・にんにく・レタス・切干大根・ピーマン・パセリ・ブルーン・キャベツ・もやし・こねぎ
28	豚汁 ／ パンキンサラダ 火 りんご	牛乳・クッキー ジャムパン スキムミルク	なたね油・三温糖・じゃが芋・さつまいも・板こんにゃく・マヨネーズ・パン・ジャム	豚肉・いりこ・米みそ・スキムミルク	玉ねぎ・キャベツ・人参・もやし・大根・干しいたけ・こねぎ・ごぼう・南瓜・りんご
29	お魚コロッケ ／ きんぴらごぼう 水 かきたま汁・チーズ	牛乳・ポップコーン おにぎり(青菜) お茶	なたね油・三温糖・パン粉・糸こんにゃく・白ごま・精白米	白身魚すり身・木綿豆腐・卵・いりこ・チーズ・しらすし	玉葱・人参・レタス・ごぼう・えのきたけ・こねぎ・小松菜
30	豆乳クリームシチュー ／ 切干大根の中華サラダ 木	牛乳・ウエハース レーズンクッキー スキムミルク	なたね油・三温糖・じゃが芋・バター・小麦粉	鶏肉・わかめ・卵・スキムミルク	玉ねぎ・人参・キャベツ・スナップえんどう・切干大根・いちご・レーズン
31	鶏のオレンジ焼き ／ 青菜のごま和え 金 みそ汁・りんご	牛乳・せんべい 豆乳フレンチトースト スキムミルク	なたね油・三温糖・上新粉・小麦粉・白ごま・じゃが芋・食パン・バター	鶏肉・ツナ缶・いりこ・米みそ・豆乳・卵	オレンジジュース・小松菜・もやし・人参・玉ねぎ・こねぎ・りんご



3月の食育目標  
 ○お友達や先生と楽しく食事をする。  
 ○しっかりと手洗いをする。  
 ○ごはんを目分量程度食べられるようにしよう。  
 ○季節の食材:パセリ・キャベツ・じゃが芋・アスパラガス・スナップえんどう  
 ○お当番活動で献立を読み上げたり、年長児は配膳の練習をする。

お知らせ  
 誕生会は、1日(水)です。 お着だけ  
 米飯給食は、10日(金)です。 持ってきて下さい。  
 お弁当の日は、7日(火)です。

☆今月の給食は年長児クラスのお友達からのリクエストメニューを取り入れています。  
 ☆メニューに\_\_\_\_\_線をつけています。  
 ☆材料の入荷等で給食のメニューが一部変更になる場合があります。ご了承ください。



曜日	三才未満児・おやつ	主食	全児昼食	3時おやつ	備考
1 水	牛乳、せんべい	ご飯	イエローポタージュ・切り干し大根サラダ・いちご	ミルク・キャロット寒天・パン	
2 木	牛乳、クッキー	ご飯	筑前煮・山吹和え・みそ汁・チーズ	ミルク・ポップコーン	
3 金	牛乳、サブレ	ご飯	お弁当の日	ジュース・袋菓子	遠足
4 土	牛乳、せんべい		ちゃんぽん・サラダ・チーズ	袋菓子	
6 月	牛乳、ウエハース	ご飯	高野豆腐のオランダ煮・納豆和え・みそ汁・みかん	牛乳・ジャムパン	
7 火	牛乳、クッキー	ご飯	おでん・サラダ・ブルー	ぜんざい	
8 水	牛乳、せんべい	ご飯	豚汁・パンプキンサラダ・りんご	ジュース・クレープ	クッキング
9 木	牛乳、クッキー	ご飯	ミックスオムレツ・もずくのチャプチェ・すまし汁・みかん	ミルク・フルーツヨーグルト・パン	
10 金	牛乳、せんべい	ご飯	魚の人参ソース・じゃがいもの酢の物・みそ汁・りんご	おにぎり	
11 土	牛乳、クッキー		五目うどん・さっぱり和え・ブルー	袋菓子	
13 月	牛乳、せんべい	ご飯	グラタン・パインサラダ・スープ・りんご	ミルク・さつまいもかりんとう	
14 火	牛乳、ポーロ		混ぜごはん・ハンバーグ・ゆずサラダ・スープ・ゼリー	ジュース・ケーキ	誕生会
15 水	牛乳、ウエハース	ご飯	いがむし・ごま和え・みそ汁・みかん	ミルク・おからのブラウニー	
16 木	牛乳、サブレ	ご飯	チキンカレー・ひじきサラダ・みかん	ミルク・あべかわうどん	
17 金	牛乳、せんべい	ご飯	魚の梅マヨ焼き・ポテトサラダ・みそ汁・ブルー	中華おこわ	
18 土			卒園式		
20 月	牛乳、サブレ	ご飯	クリームシチュー・レモン和え・みかん	ぼたもち	
22 水	牛乳、ウエハース	ご飯	レバーの旨煮・スパゲッティサラダ・スープ・みかん	ミルク・ほうれん草のスコーン	
23 木	牛乳、せんべい	ご飯	焼肉風・春雨サラダ・みそ汁・みかん	ミルク・パンせんべい	
24 金	牛乳、クッキー		わめごはん・チキンナゲット・切り干し大根の煮物・スープ・チーズ	ミルク・南瓜クリームサンド	米飯給食
25 土	牛乳、サブレ		肉うどん・さつまいもの甘煮・チーズ	袋菓子	
27 月	牛乳、ポーロ	ご飯	ミートボールスープ・温野菜サラダ・いちご	ミルク・フレンチトースト	
28 火	牛乳、ウエハース	ご飯	魚のバーベキュー・春雨ソテー・みそ汁・りんご	ミルク・カントリークッキー	
29 水	牛乳、クッキー	ご飯	お魚コロッケ・きんぴらごぼう・かきたま汁・チーズ	ミルク・お好み焼き	
30 木	牛乳、せんべい	ご飯	照り焼きチキン・五目煮豆・みそ汁・ブルー	ミルク・人参蒸しパン	
31 金	牛乳、ウエハース	ご飯	ビーフシチュー・サラダ・チーズ	ミルク・りんごとさつまいもの重ね煮	

お知らせ

14(火)は誕生会です。おはしだけ持たせて下さい。  
24(金)は米飯給食です。おはしだけ持たせて下さい。

食材の入荷の都合により給食の内容が一部変更になる場合があります。

線は5歳児さんのリクエストメニューです。



☆れんこんの変わり揚げ

白身魚すり身	20 ㍻
れんこん	15(19) ㍻
こねぎ	1(1.1) ㍻
卵	3 ㍻
薄力粉	2 ㍻
揚げ油	適量

<作り方>

- れんこんは洗って皮をむき、縦1/4位に切って粗みじん切り水にさらしておく。こねぎは洗って小口切りにしておく。
- 白身魚のすり身に①と卵・薄力粉を入れてよく混ぜ合わせる。
- 厚手の鍋に油を入れて温めておく。②の材料をスプーンですくいながら油の中に落とす。180℃で3分程度揚げる。

日	曜日	未満児 朝のおやつ	未満児 主食	全児 昼食	全児3時の おやつ	3歳以上児 1日のカロリー
1	火	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	小松菜入りみそ汁 魚の立田揚げ、五目煮豆、りんご	麦茶 * ぜんざい	370
2	水	牛乳 ウエハース	ごはん	トマトとえのきのかき卵汁 鶏肉のグラタン、山吹あえ、いちご	ミルク おから入りカップケーキ	395
3	木	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	白菜入りみそ汁、八朔 魚のキャロットソース焼き、ひじきの煮物	ミルク スパイスドック	438
4	金	牛乳 ビスコ	ごはん	ビーフカレー、パインサラダ、ブルーチーズ	ミルク 焼き芋	525
5	土	牛乳 ブルー		親子うどん、青菜とツナのさっぱりあえ	ミルク みたらし団子	440
7	月	牛乳 卵ボーロ	ごはん	～お別れ遠足～ お弁当の日、伊予柑	りんごジュース 袋詰め菓子	
8	火	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	玉ねぎ入りみそ汁、りんご 高野豆腐の煮物、じゃが芋の酢の物	ミルク、芋チップ * キャロット寒天	385
9	水	牛乳 ウエハース	ごはん	～誕生会～ わかめスープ 菜の花ごはん、ハンバーグ、サラダ、ゼリー	まめピヨ ロールケーキ	608
10	木	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	豆腐入りすまし汁 ミックスオムレツ、ツナサラダ	麦茶 おはぎ	363
11	金	牛乳 ビスコ	ごはん	ミートボールスープ、ポテトサラダ、りんご	ミルク、クレープ 青りんごゼリー	424
12	土	牛乳 チーズ		* ちゃんぽん、コロコロサラダ、ブルー	ミルク * レーズンパン	661
14	月	牛乳 ブルー	ごはん	ポークビーンズ、グリーンサラダ、りんご	ミルク かるかん	499
15	火	牛乳 卵ボーロ	ごはん	八朔 煮魚、スパゲティーサラダ、豆乳スープ	ミルク お好み焼き	362

～今月の目標～

\* 友だちや先生とマナーを守って、楽しく食事をする。(主食・主菜・副菜・汁物・器の並べ方やスプーンや箸、食器が正しく持てているか確かめる)

\* 3歳以上児は、ごはんを目安量程度、食べられるようにする。(3歳児:100g、4歳児:110g、5歳児:120g)

\* 季節の変わり目で朝・晩・日中の気温の変化に注意し、体調管理に引き続きつとめる。(手洗い・うがい)

\* 卒園にむけて、5歳児からのリクエストメニューを実施する。



◎季節の食材・・・菜の花・つくし・パセリ・きやべつ・じゃが芋・きぬさやなど

◎献立の前に\*がついているものは、5歳児のリクエストメニューです。

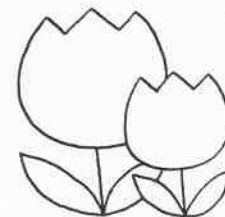
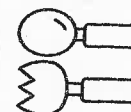
★材料の入荷の都合で、給食の内容が一部変更になる場合があります。



大崎保育所

日	曜日	未満児 朝のおやつ	未満児 主食	全児 全児昼食	全児3時の おやつ	3歳以上児 1日のカロリー
16	木	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	*チキンカレー、ひじきのサラダ、八朔	ミルク きな粉トースト	431
17	金	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	豆腐入りみそ汁 魚の塩麴焼き、春雨サラダ、ブルー	ミルク *さつま芋入りドーナツ	411
18	土	牛乳 ビスコ		伊予柑 親子うどん、ツナと青菜のさっぱりあえ	ミルク 豆乳もち	415
20	月	牛乳 ブルー	ごはん	伊予柑 イエローポタージュ、レモンあえ、八朔	麦茶 おはぎ	389
22	水	牛乳 ウエハース	ごはん	伊予柑 松風焼き、春雨の酢の物、南瓜入りみそ汁	ミルク *パンせんべい	442
23	木	牛乳 卵ボーロ	ごはん	八朔 *煮魚、スパゲティサラダ、豆乳スープ	ミルク ほうれん草のスコーン	380
24	金	牛乳 赤ちゃんせんべい	ごはん	伊予柑 ミートボールスープ、温野菜サラダ、いちご	ミルク フレンチトースト	407
27	月	牛乳 豆乳クッキー	ごはん	伊予柑 *ビーフカレー、切り干し大根のサラダ、ゼリー	ミルク さつま芋とりごの重ね煮	442
28	火	牛乳 ビスコ	ごはん	伊予柑 きやべつ入りみそ汁 魚のバーベキュー風、春雨ソテー、いちご	ミルク *おから入りブラウニー	410
29	水	牛乳 ブルー	ごはん	伊予柑 青菜のさっぱりあえ、ブルー 鶏肉のオレンジ風味揚げ、じゃが芋入りみそ汁	ミルク クッキー	419
30	木	牛乳 ウエハース	ごはん	伊予柑 大豆入りカレースープ 照り焼きチキン、切り干し大根の煮物、りんご	ミルク *お好み焼き	389
31	金	牛乳 卵ボーロ	ごはん	伊予柑 かき卵汁 お魚コロッケ、きんぴらごぼう、チーズ	麦茶 青菜入りおにぎり	403

1年も終わり近づいてきました。  
4月に比べて子どもたちは、たくましさ、頼もしさが備わってきたように感じる今日この頃です。  
今年度も昨年に引き続き新型コロナウイルスの影響でクッキングはほとんどできませんでしたが、菜園活動を通して、色々な種類の野菜を食べる体験ができました。  
また、苦手だった給食やおやつも、友だちと一緒に食べ、励まし合う事で、食べようとする姿が見られるようになりました。



◎卒園式の時に配布していました  
おまんじゅうは、全園児、前日の24日(金)に持ち帰りますので  
よろしくお願ひします。

◎メニューの前に\*があるものは、  
5歳児のリクエストメニューです。

★材料の入荷の都合で、給食の内容が一部変更になる場合があります。