＜保育献立＞

3月		午前おやつ	主　菜	副　菜	スープ	主　食	デザート	主な離乳食	午後おやつ	夕方おやつ	3月	
対象		0、1、2歳児	全　員	全　員	全　員	全　員	全　員	0歳児	全員・放課後	延長保育児	対象	
1	金	牛乳　白い風船	洋風ちらし寿司	キャベツとコーンのサラダ	けんちん汁	ごはん	いちご	白身魚	りんごジュース　雛あられ	牛乳　カントリーマーム	1	金
2	土	牛乳　マンナウエハース	三色丼		ほうれん草の味噌汁	ごはん	ぶどうゼリー	鶏ミンチ	牛乳　雪の宿	（牛乳　おかし）	2	土
3	日										3	日
4	月	牛乳　卵ボーロ	さわらのおろし煮	トマトサラダ	豆乳スープ	ごはん	黄桃缶	白身魚	牛乳　マカロニあべかわ	牛乳　ぽたぽた焼き	4	月
5	火	牛乳　アンパンマンビスケット	鶏肉のチリソース	炒り豆腐	キャベツの味噌汁	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳　ロールケーキ	牛乳　ムーンライト	5	火
6	水	牛乳　きなこせんべい	しいらのマヨパン粉焼き	シルバーｻﾗﾀﾞ	ニラときのこのスープ	ごはん	りんご	白身魚	牛乳　チキンナゲット	牛乳　ホームパイ	6	水
7	木	牛乳　リッツ	生姜焼き	コールスロー	トマトスープ	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳　ミニパン	牛乳　マリー	7	木
8	金	牛乳　動物ビスケット	サバの味噌煮	ほうれん草とウインナーの卵炒め	なめこの味噌汁	ごはん	りんご	白身魚	牛乳　アップルケーキ	牛乳　星食べよう	8	金
9	土	牛乳　マンナビスケット	ミートソーススパ	ブロッコリーのツナマヨ			バナナ	鶏ミンチ	牛乳　おにぎりせんべい	（牛乳　おかし）	9	土
10	日										10	日
11	月	牛乳　白い風船	マーボー豆腐	春雨とササミの酢の物	じゃがいもの味噌汁	ごはん	りんご	鶏ミンチ	牛乳　芋かりんとう	牛乳　雪の宿	11	月
12	火	牛乳　マンナウエハース	カレーライス	ひよこ豆のサラダ		ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	フルーツポンチ	牛乳　チョイスビスケット	12	火
13	水	牛乳　卵ボーロ							ぶどうジュース　ミニオンズポテト	牛乳　カントリーマーム	13	水
14	木	牛乳　アンパンマンビスケット	から揚げ	ポテトサラダ	しめじの味噌汁	ごはん	パイナップル	鶏ミンチ	牛乳　ミニパン	牛乳　まがりせんべい	14	木
15	金	牛乳　マンナビスケット	ｶﾚｲのトマトソース焼き	ほうれん草とコーンのﾂﾅﾅﾑﾙ	のっぺい汁	ごはん	バナナ	白身魚	牛乳　おふのラスク	牛乳　ホームパイ	15	金
16	土	牛乳　きなこせんべい	ミネストローネ	ツナと胡瓜の和風ｻﾗﾀﾞ		クロワッサン	黄桃缶	鶏ミンチ	牛乳　ミニたい焼き	（牛乳　おかし）	16	土
17	日										17	日
18	月	牛乳　動物ビスケット	鰆のネギ味噌焼き	千切り大根と鶏肉の炒め	小松菜の味噌汁	ごはん	いちご	白身魚	牛乳　チーズとおせんべい	牛乳　マリービスケット	18	月
19	火	牛乳　リッツ	鶏肉のバーベキュー風	コーンサラダ	コンソメスープ	ごはん	バナナ	鶏ミンチ	牛乳　ミニパン	牛乳　ハッピーターン	19	火
20	水										20	水
21	木	牛乳　マンナウエハース	ロースカツ	カリフラワーのサラダ・卵焼き	ナポリタン・スマイルポテト	炊き込みご飯	パイン缶	鶏ミンチ	牛乳　バームクーヘン	牛乳　ぽたぽた焼き	21	木
22	金	牛乳　きなこせんべい	肉じゃが	うどんゴマドレｻﾗﾀﾞ	青さの味噌汁	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	フルーチェ　ミニサラダ	牛乳　ムーンライト	22	金
23	土										23	土
24	日										24	日
25	月	牛乳　白い風船	白身魚の野菜あんかけ	ビーフン炒め	南瓜の味噌汁	ごはん	パイナップル	白身魚	牛乳　チーズケーキ	牛乳　星食べよう	25	月
26	火	牛乳　卵ボーロ	チキン南蛮	チーズ胡麻和え	ベーコンともやしのスープ	ごはん	みかん缶	鶏ミンチ	ヨーグルト　ハッピーターン	牛乳　チョイスビスケット	26	火
27	水	牛乳　アンパンマンビスケット	サバのごま味噌焼き	大豆の五目煮	かきたま汁	ごはん	バナナ	白身魚	牛乳　ミニパン	牛乳　カントリーマーム	27	水
28	木	牛乳　動物ビスケット	すき焼き風	カリフラワーとりんごのサラダ	もずくスープ	ごはん	オレンジ	鶏ミンチ	牛乳　お好み焼き	牛乳　雪の宿	28	木
29	金	牛乳　リッツ	塩じゃけ	レバー甘辛煮	豚汁	ごはん	黄桃缶	白身魚	牛乳　チョコチップクッキー	牛乳　ミニサラダ	29	金
30	土	牛乳　マンナビスケット	ちゃんぽん	シーザーサラダ			バナナ	鶏ミンチ	牛乳　ぽたぽた焼き	（牛乳　おかし）	30	土
31	日										31	日

＜介護献立＞

◆◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆◆

3月		主　菜	副　菜	介護系副菜	スープ	主　食
対象		全　員	全　員	全　員	全　員	全　員
1	金	ししゃも	金平ごぼう	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
2	土	五目豆	ｷｬﾍﾞﾂの塩昆布和え	胡瓜風味	厚揚げの味噌汁	御飯
3	日	イワシ梅煮	ペンネサラダ	つぼ漬け	ｷｬﾍﾞﾂの味噌汁	御飯
4	月	がんもの煮物	高野豆腐とエビの卵とじ	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
5	火	南瓜の煮物	納豆	卵ふりかけ	人参の味噌汁	御飯
6	水	じゃがいものコーンクリーム煮	ひじきの炒り煮	めんたいこ	かぼちやの味噌汁	御飯
7	木	豆腐の卵とじ	千切り大根の煮物	しば漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
8	金	卯の花	ｶﾘﾌﾗﾜｰの塩昆布和え	やさいふりかけ	大根の味噌汁	御飯
9	土	オムレツ	ｿﾃｰ	いちごジャム	南瓜スープ	食パン
10	日	いこみこうや	五目豆	鮭ふりかけ	大根葉の味噌汁	御飯
11	月	ひじきの炒り煮	しゅうまい	さくら漬	油揚げの味噌汁	御飯
12	火	さんま	ｶﾘﾌﾗﾜｰの金平	うめしそふりかけ	小松菜の味噌汁	御飯
13	水	南瓜の煮物	納豆	たいみそ	えのきの味噌汁	御飯
14	木	ｿﾃｰ	ｳｲﾝﾅｰ	チョコジャム	野菜スープ	ロールパン
15	金	ししゃも	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯
16	土	ほうれん草シューマイ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのおかか和え	野沢菜	しめじの味噌汁	御飯
17	日	金平ごぼう	オムレツ	のり佃煮	ｷｬﾍﾞﾂの味噌汁	御飯
18	月	いわしの梅煮	ｷｬﾍﾞﾂの塩昆布和え	高菜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
19	火	がんもの煮物	いんげんのピーナッツ和え	たいみそ	豆腐の味噌汁	御飯
20	水	ペンネｻﾗﾀﾞ	豆腐の卵とじ	野菜ふりかけ	ほうれん草の味噌汁	御飯
21	木	南瓜の煮物	納豆	梅干し	ｷｬﾍﾞﾂの味噌汁	御飯
22	金	切り干し大根の煮物	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	めんたいこ	人参の味噌汁	御飯
23	土	さんまの生姜煮	ｶﾘﾌﾗﾜｰの金平	のり佃煮	小松菜の味噌汁	御飯
24	日	いこみこうや	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのおかか和え	やさいふりかけ	えのきの味噌汁	御飯
25	月	小松菜のお浸し	高野豆腐とエビの卵とじ	味噌漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
26	火	がんもの煮物	ほうれん草しゅまい	つぼ漬け	しめじの味噌汁	御飯
27	水	いわしの梅煮	ｷｬﾍﾞﾂの塩昆布和え	卵ふりかけ	油揚げの味噌汁	御飯
28	木	切り干し大根の煮物	納豆	桜漬け	なめこの味噌汁	御飯
29	金	オムレツ	ｿﾃｰ	マーマレードジャム	南瓜のｽｰﾌﾟ	ロールパン
30	土	ししゃも	ひじきの炒り煮	たいみそ	人参の味噌汁	御飯
31	日	いこみこうや	金平ごぼう	おかかふりかけ	もやしの味噌汁	御飯

◆◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆◆

3月		主　菜	副菜	介護系副菜	スープ	主　食	デザート	午後おやつ
対象		全　員	全　員	全　員	全　員	全　員	全　員	全員・放課後
1	金	南瓜コロッケ	ごまドレサラダ	奈良漬け　さくら漬	そうめん汁	御飯	りんご	黒チョコパン
2	土	ちゃんぽん	パンプキンサラダ	べったら漬		ちゃんぽん	プリン	ひなあられ　甘酒
3	日	鮭の味噌バター焼き	炒り豆腐	しその実　あおかっぱ	オクラの味噌汁	御飯	洋梨缶	カプリコ　星食べよ
4	月	鶏のきのこ甘酢あんかけ	ｶﾘﾌﾗﾜｰのｶﾚｰﾏﾖｻﾗﾀﾞ	梅干し　べったら漬	大根の味噌汁	御飯	フルーツカクテル缶	黒砂糖蒸しパン
5	火	牛肉の甘辛煮	ささ身のマヨ和え	紅しょうが　たくあん	ほうれん草のすまし汁	御飯	オレンジ	カステラ
6	水	ポークカレー	海藻サラダ	らっきょ　福神漬け		御飯	バナナ	かっぱえびせん　ｱﾙﾌｫｰﾄ
7	木	鯖の三味焼き	ビーフンサラダ	奈良漬け　胡瓜風味	豚汁	御飯	パイナップル	水ようかん
8	金	鶏肉のオーロラ焼き	胡瓜とわかめの酢の物	さくら漬　らっきょう	もずくスープ	御飯	りんご	クリームパン
9	土	ラーメン	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのツナマヨ	紅しょうが		ラーメン	オレンジゼリー	ミニサラダ　きのこたけのこ
10	日	肉団子の野菜あんかけ	ｶﾘﾌﾗﾜｰサラダ	しば漬け　みそ漬け	もやしのスープ	御飯	パイン缶	紫芋饅頭
11	月	ポークケチャップ	ツナコーンサラダ	胡瓜風味　しその実	呉汁	御飯	オレンジ	さつま芋と栗のタルト
12	火	塩鮭	豆腐のなめこあんかけ	たくあん　紅しょうが	ｷｬﾍﾞﾂの味噌汁	御飯	りんご	チョコパイ
13	水	ムツのネギたれ	竹輪と切り干し大根のサラダ	昆布佃煮　しば漬け	ごぼうの味噌汁	麦ごはん御飯	オレンジ	きんかんのマドレーヌ
14	木	チキン南蛮	スパゲティ胡麻ドレサラダ	高菜漬け　白菜漬け	コーンスープ	御飯	プリン	スイートポテト
15	金	カレイチリソース	胡瓜とﾄﾏﾄのサラダ	さくら漬　奈良漬け	けんちん汁	御飯	りんご	メープルマフィン
16	土	親子丼	柚子ドレサラダ	茄子漬　べったら漬	えのきとかまぼこのすまし汁	親子丼	ぶどうゼリー	ｶﾞﾄｰﾚｰｽﾞﾝ　ｻｯﾎﾟﾛﾎﾟﾃﾄ
17	日	豚肉の塩だれ炒め	ハムともやしの中華和え	たくあん　奈良漬け	かきたま汁	御飯	フルーツミックス	もみじ饅頭
18	月	鯖の味噌煮	コールスロー	茄子漬　福神漬け	ミネストローネ	御飯	りんご	二色あんぱい
19	火	青椒肉絲	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのあんかけ	梅干し　べったら漬	玉ねぎの味噌汁	御飯	パイナップル	豆乳ドーナツ
20	水	豚肉の生姜炒め	炒り豆腐	さくら漬　白菜漬け	人参の味噌汁	御飯	黄桃缶	ロールケーキ（ﾊﾞﾆﾗ）
21	木	白身フライ	マカロニサラダ	らっきょう　しば漬け	ほうとう汁	鮭の散し寿司	饅頭	誕生日ケーキ
22	金	煮込みハンバーグ	ほうれん草の白和え	はりはり漬け　奈良漬け	豆腐と揚げの味噌汁	御飯	オレンジ	じゃりパン
23	土	三色丼	トマトサラダ	紅しょうが	ビーフン汁	三色丼	ヨーグルト	シュークリーム
24	日	回鍋肉	和風サラダ	さくら漬　高菜漬け	もやしの味噌汁	御飯	洋梨缶	スイスバウム　雪の宿
25	月	鮭のクリーム煮	白菜の和え物	野沢菜　奈良漬け	豚汁	御飯	オレンジ	ミニたい焼き
26	火	麻婆豆腐	青梗菜の中華炒め	高菜漬け　しその実	さつま芋の味噌汁	御飯	パイナップル	コーンとﾁｰｽﾞのケーキ
27	水	たらのムニエル	ブロッコリーの和風サラダ	べったら漬　らっきょう	小松菜の味噌汁	御飯	バナナ	フルーツヨーグルト
28	木	鶏肉の野菜みぞれあんかけ	チーズサラダ	奈良漬け　白菜漬け	レタススープ	御飯	りんご	ｶﾝﾄﾘｰﾏｰﾑ　ｻｯﾎﾟﾛﾎﾟﾃﾄ
29	金	磯辺フライ	りんごサラダ	みそ漬け　甘酢漬け	肉団子スープ	御飯	オレンジゼリー	あんぱん
30	土	たらのオリエンタル	白菜の和え物	梅干し　茄子漬	大根の味噌汁	御飯	パイナップル	カスタードケーキ
31	日	豚肉のべっこう煮	ほうれん草とコーンツナナムル	しその実　紅しょうが	キノコスープ	御飯	黄桃缶	かえでの実

◆◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆◆

3月		主　菜	副菜（1）	副菜（2）	スープ	主　食	デザート	
対象		全員（五福deごはん）	全員（五福deごはん）	五福deごはんのみ	全員（五福deごはん）	全員（五福deごはん）	全員（五福deごはん）	施設のみ
1	金	ますの野菜あんかけ	春雨サラダ	大根梅おかか和えみそ漬け	ごま味噌汁	御飯	コーヒーゼリー	味噌漬け　野沢菜
2	土	塩サバ	ブロッコリーサラダ	甘酢漬け	ほうれん草のすまし汁	ちらし寿司	雛まんじゅう	甘酢漬け　福神漬け
3	日	豚肉のキムチ炒め	もやしのじゃこ炒め		筍のすまし汁	御飯	黄桃缶	高菜漬け　たくあん
4	月	マーボー豆腐	わかめの酢の物	豆サラダ　昆布佃煮	ｳｲﾝﾅｰ春雨スープ	御飯	パイナップル	佃煮昆布　しば漬け
5	火	太刀魚の塩焼き	ｷｬﾍﾞﾂとコーンのｻﾗﾀﾞ	南瓜のおとし揚げ　白菜漬け	油揚げの味噌汁	御飯	りんご	白菜漬け　しその実
6	水	鮭の揚げ煮	ツナトマトサラダ	なすの田舎煮　野沢菜	きのこ味噌汁	御飯	杏仁豆腐	野沢菜　つぼ漬け
7	木	大分風とり天	フルーツサラダ	南瓜のそぼろ煮　茄子漬	コーンスープ	青菜ご飯	オレンジ	茄子漬　かつおかりんこ
8	金	ぶりの照り焼き	金平ごぼう	ﾂﾅと胡瓜の和風ｻﾗﾀﾞ　甘酢生姜	ほうとう汁	御飯	キウイ	甘酢生姜　しば漬け
9	土	豚肉のネギ味噌炒め	ひじきのサラダ	さつま揚げの煮物　たくあん	ベーコンのスープ	御飯	バナナ	たくあん　高菜漬け
10	日	ますのおろし煮	ビーフン炒め		青梗菜のトロトロスープ	御飯	みかん缶	梅干し　あおかっぱ
11	月	エビカツ	西京みそドレサラダ	鶏レバーのしぐれ煮　べったら漬	ソーメン汁	御飯	バナナ	べったら漬　白菜漬け
12	火	八宝菜	ポテトサラダ	胡瓜の味噌和え　茄子漬	コンソメスープ	御飯	キウイ	茄子漬　野沢菜
13	水	漬け込み焼き鳥	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ和風サラダ	白菜とツナの煮物　さくら漬	かきたま汁	御飯	バナナ	さくら漬　あおかっぱ
14	木	鰆のみそ焼き	ほうれん草のピーナツ和え	里芋と大根の煮物　甘酢生姜	わかめの味噌汁	御飯	りんご	甘酢生姜　かつおかりんこ
15	金	すき焼き風	南瓜サラダ	卵焼き　福神漬け	茄子の味噌汁	御飯	パイナップル	福神漬け　高菜漬け
16	土	ホキの洋風焼き	鶏肉とｷｬﾍﾞﾂのパスタ	青菜ときのこのお浸し　野沢菜	ポテトオニオンスープ	十六穀米	オレンジ	野沢菜　白菜漬け
17	日	鰆の胡麻醤油焼き	コーンサラダ		白菜の味噌汁	御飯	甘夏みかん缶	味噌漬け　しその実
18	月	鶏肉の塩麹焼き	きのこの酢の物	煮豆　べったら漬	ソーセージスープ	御飯	オレンジ	べったら漬　甘酢生姜
19	火	カレー	ひじきとﾁｰｽﾞのサラダ	ロースカツ		カレー	バナナ	らっきょう　福神漬け
20	水	鰆のあまずあんかけ	胡瓜のツナサラダ	アスパラのソテー　たくあん	とろろ昆布汁	御飯	オレンジ	たくあん　茄子漬
21	木	鶏肉と里芋の煮物	ほうれん草のしらす和え	炒り豆腐　高菜漬け	キャベツのスープ	御飯	パイナップル	高菜漬け　甘酢生姜
22	金	赤魚の煮つけ	リャンパンサンスウ	レンコンの炒め物　昆布佃煮	ニラときのこのｽｰﾌﾟ	御飯	バナナ	昆布佃煮　野沢菜
23	土	豚肉の生姜焼き	たらこのポテサラ	白菜の卵とじ　べったら漬	ほうれん草のシチュー	御飯	りんご	べったら漬　あおかっぱ
24	日	ぶりの照り焼き	さき身のマヨ和え		青さの味噌汁	御飯	パイン缶	茄子漬　胡瓜風味
25	月	ﾐｰﾄﾛｰﾌ	ほうれん草の白和え	トマトの中華サラダ　しば漬け	白菜のコトコトスープ	御飯	バナナ	しば漬け　梅干し
26	火	ブリの煮つけ	シーザーサラダ	おろし和え　白菜漬け	豆乳みそスープ	炊き込みご飯	オレンジ	白菜漬け　さくら漬
27	水	からあげ	もやしのナムル	キャベツサラダ　たくあん	ﾄﾏﾄスープ	御飯	甘夏みかん缶	たくあん　しば漬け
28	木	カレイのアップルソース	高野豆腐の卵とじ	ごぼうサラダ　梅干し	大根葉の味噌汁	御飯	パイナップル	梅干し　しば漬け
29	金	肉じゃが	うどんサラダ	ｲﾝｹﾞﾝと人参のマヨおかか和え　白菜漬け	ｷｬﾍﾞﾂの味噌汁	御飯	バナナ	白菜漬け　あおかっぱ
30	土	ハヤシライス	シークワーサードレサラダ	鶏肉の照り焼き　茄子ときのこの炒め		ハヤシライス	りんご	福神漬け　らっきょう
31	日	鰆のゆかり焼き	カリフラワーのマヨサラダ		ごぼう汁	御飯	みかん缶	白菜漬け　べったら漬