



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	水	ごはん さわらのさいきょうやき キャベツのごまあえ すましじる(ワカメ・たまねぎ・しいたけ)	こめこのリンゴマフィン ぎゅうにゅう	さわら・甘みそ・鶏むね (皮なし)・豆乳・普通牛乳	精白米・ごま・三温糖・ 米粉・調合油	キャベツ・こまつな・にんじん・たまねぎ ・塩わかめ・生しいたけ・りんご
2 ・ 16	木	しょくパン コロッケ ツナサラダ はくさいとコーンのスープ	はるいろごはん くだもの ぎゅうにゅう	鶏ひき肉・まぐろ水煮缶 詰(白)・鶏もも(皮なし)・ 普通牛乳	食パン・じゃがいも・薄 力粉・パン粉・調合油・ 精白米	たまねぎ・きゅうり・キャベツ・にんじ ん・はくさい・コーン缶詰粒・にんじん・ まこんぶ・くだもの
3 ・ 17	金	ごはん しょうがやき さつまいものオイルやき みそしる(とうふ・こまつな)	ロシアンクッキー くだもの ぎゅうにゅう	ぶたもも・淡色辛みそ・ 木綿豆腐・普通牛乳	精白米・調合油・さつま いも・有塩マーガリン・ 砂糖・薄力粉	しょうが・たまねぎ・にんじん・青ピーマ ン・こまつな・いちごジャム・くだもの
4 ・ 18	土	やきそば ニラととうふのスープ くだもの ぎゅうにゅう	クロワッサン くだもの ぎゅうにゅう	ぶたかた・木綿豆腐・普 通牛乳	中華めん・調合油・クロ ワッサン	キャベツ・りょくとうもやし・にんじん・ 青ピーマン・あおのり・にら・きくらげ・ くだもの
6 ・ 20	月	ごはん さけのしおやき ひじきのにつけ みそしる(たまねぎ・チンゲンさい)	メロンパンふうトースト くだもの ぎゅうにゅう	さけ・油揚げ・淡色辛み そ・普通牛乳	精白米・調合油・三温 糖・食パン・グラニュー 糖・無塩バター・薄力粉	しょうが・乾ひじき・にんじん・生しいた け・さやえんどう・たまねぎ・チンゲンサ イ・くだもの
7 ・ 21	火	ごはん前半 肉じゃが ブロッコリーのチーズ焼き 味噌汁(しめじ・なす)	マカロニきなこ くだもの ぎゅうにゅう	ぶたかた・パルメザン チーズ・淡色辛みそ・き な粉・普通牛乳	精白米・じゃがいも・調 合油・三温糖・マカロ ニ・スパゲティ	にんじん・たまねぎ・さやいんげん・ブ ロッコリー・なす・ぶなしめじ・いよかん
8 ・ 22	水	プレッチェン アジフライ かぼちゃサラダ はるさめスープ	こんぶのつくだにおにぎり くだもの ぎゅうにゅう	あじ・プロセスチーズ・ プレーンヨーグルト・普 通牛乳	フランスパン・薄力粉・ パン粉・調合油・三温 糖・緑豆はるさめ・精白 米・ごま	くりかぼちゃ・きゅうり・にんじん・りょ くとうもやし・にんじん・つくだ煮・焼き のり・いよかん
9 ・ 23	木	ミートソーススパゲティ シーザーサラダ はるやさいスープ	こめこしモンクッキー くだもの ぎゅうにゅう	鶏ひき肉・ベーコン・パ ルメザンチーズ・普通牛 乳	マカロニ・スパゲティ・ オリーブ油・三温糖・食 パン・米粉・有塩バ ター・グラニュー糖	にんじん・たまねぎ・にんにく・青ピーマ ン・ホールトマト・トマトケチャップ・ 水・キャベツ・きゅうり・コーン缶詰粒・ アスパラガス・かぶ・レモン果汁・りんご
10 ・ 24	金	ごはん てりやきチキン なめたけあえ みそしる(あぶらあげ・もやし)	コーンマヨネーズパン くだもの ぎゅうにゅう	鶏もも・淡色辛みそ・油 揚げ・普通牛乳	精白米・三温糖・食パン	こまつな・キャベツ・にんじん・えのきた け・りょくとうもやし・コーン缶詰粒・ コーン缶詰クリーム・はっさく
11 ・ 25	土	にくみそどん ブロッコリーとたまねぎのスープ くだもの ぎゅうにゅう	おやつパン くだもの ぎゅうにゅう	淡色辛みそ・ぶたひき 肉・普通牛乳	精白米・三温糖・ごま 油・片栗粉・じゃがい も・クロワッサン	水・たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・た けのこ水煮缶詰・ブロッコリー・はっさ く・りんご
13 ・ 27	月	ごはん かじきのあますあんかけ バンバンジーふうサラダ みそしる(カボチャ・みずな)	とうふナゲット くだもの ぎゅうにゅう	まかじき・鶏むね・淡色 辛みそ・鶏ひき肉・木綿 豆腐・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合 油・三温糖・ごま・ごま 油・マヨネーズ	トマトケチャップ・水・キャベツ・きゅう り・くりかぼちゃ・みずな・ネーブル
14 ・ 28	火	とりすきうどん カブとキャベツのツナマヨサラダ	⑭バタークロワッサン ⑳ポパイケーキ くだもの ぎゅうにゅう	鶏もも(皮なし)・まぐろ 油漬缶詰・豆乳・普通牛 乳	うどん・調合油・三温 糖・ミックス粉・砂糖・ 粉糖	にんじん・たまねぎ・えのきたけ・長ね ぎ・かぶ・キャベツ・きゅうり・ほうれん そう・りんご
15 ・ 30	水	たけのこごはん はるハンバーグ かたぬきにんじん はるさめときゅうりのすのもの すましじる(はなふ・みつば・しめじ)	トライフル (いちご・バナナ) ぎゅうにゅう	油揚げ・ぶたひき肉・ホ イップクリーム・豆乳・ 普通牛乳	精白米・三温糖・生パン 粉・有塩バター・緑豆は るさめ・ごま・車ふ・ス ナッククラッカー・薄力 粉・砂糖・調合油	たけのこ・にんじん・さやえんどう・キャ ベツ・たまねぎ・トマトケチャップ・きゅ うり・みかん缶詰・りょくとうもやし・ぶ なしめじ・ゆで糸みつば・いちご・バナ ナ・レモン果汁
30	木	たいめし ざんき ひじきマヨサラダ すましじる(えのき・ばんのうねぎ)	かわちばんかんゼリー クラッカー ぎゅうにゅう	たい・あこうだい・鶏も も・かにかまぼこ・普通 牛乳	精白米・片栗粉・調合 油・ごま・砂糖・スナッ ククラッカー	トウモロコシ・乾ひじき・きゅうり・にんじ ん・コーン缶詰粒・えのきたけ・青ねぎ・ かわちばんかん・寒天・水

- ☆ 献立が変更になることがあります
- ☆ 果物は季節の物が出ます
(4月 いよかん きよみオレンジ りんご等)
- ☆ 午前補食 牛乳
- ☆ 午後補食 おせんべい等・麦茶
- ★ 1日 「入園式」です新しいお友達が来ます
- ★ 15日 「お誕生日会」
お昼は春キャベツを使ったハンバーグが出ます🥬
おやつは「いちごとバナナのトライフル」です🍓🍌
- ★ 30日 「ご当地料理の日」 今月は「愛媛県」です!






**早寝早起き
朝ごはん**

🍒 乳児食 🍒	エネルギー	429kcal
	たんぱく質	18.4g
	脂肪	16.1g
	食塩相当量	1.3g
🍒 幼児食 🍒	エネルギー	505kcal
	たんぱく質	20.8g
	脂肪	18.0g
	食塩相当量	1.6g

ご入園・ご進級、おめでとうございます!
給食室では、旬の食材を使った安全でおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞよろしくお願いたします!
新しい生活が始まります! 元気な体を作るために、「早寝、早起き、朝ごはん」で生活のリズムを整えましょう!!