

2024/03月分

献立表



家庭保育園なかよし

21 木 ご 牛乳 22 金 おせんべい,麦茶 ロールパン,ハンバーグ,ミニトマト,クリームシ チュー,いちご 五平もち(みたらし),牛乳 25 月 ビスケット,麦茶 みそラーメン,さつまいものチーズ焼き,麦茶,りんご 牛しぐれおにぎり,牛乳 26 火 おせんべい,麦茶 御飯,たらの煮つけ,小松菜と菜花の納豆和え,みそ汁,りんご クッキー,牛乳 27 水 ビスケット,麦茶 マーボー豆腐,かぼちゃ煮,みそ汁,りんご ブルーベリージャムサンド,牛乳			0/1/1		
1	日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ
4 月 だスケット麦茶 物豆御飯まぐろの揚げおろし煮ほうれん草 の磯和えみそ汁・りんご でかい麦茶 御飯 鶏肉のでまみぞやきブロッコリーと人参 のおかか和えみぞ汁・パナナ 御飯 鳥肉のでまみぞやきブロッコリーと人参 あずき蒸しパン・牛乳 御飯 鮭の塩焼き・ひじきと大豆の1炒り煮・みそ お好み焼き・牛乳 ガレーライス・白菜と油揚げの煮浸し・みそ汁・かにちゃマフィン・牛乳 かた ピスケット麦茶 御飯・煮の煮付け・切り干し大根の煮物。み 五平もち(みそ)・牛乳 かた が 水 だスケット麦茶 御飯・煮の煮付け・切り干し大根の煮物。み 子汁・パナナ が とてスケット麦茶 御飯・煮の煮付け・切り干し大根の煮物。み そ汁・パナナ が とてスケット麦茶 御飯・煮の煮付け・切り干し大根の煮物。み そ汁・パナナ が とてスケット麦茶 御飯・たらの揚げおろし煮・ひじき・スカロニのケ 蛙おにぎり・牛乳 が かい はどスケット麦茶 御飯・たらの揚げおろし煮・ひじき・スカロニのケ が ホットケーキ・牛乳 かたい 麦素 が かい が ませんべい 麦素 かたりからみそ汁・りんご かい かいまちゃのきな粉和え アナ・リカル かいまちゃのきな粉和え かっと かいま からい カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・	1	金	おせんべい,麦茶		
5 火 おせんべい麦茶 御飯類肉のごまみそやきブロッコリーと人参のおかか和えみそ汁、みかん あずき蒸しパン、牛乳のおかの和えみそ汁、みかん あずき蒸しパン、牛乳の洗き、パン、牛乳のが飲り煮、みそ 計りんご。 まートスパゲティー、小松菓とコーンの炒め物。 五平もち(みそ)、牛乳を大パナナーの おせんべい麦茶 おせんべい麦茶 おけんべい麦茶 おけんべいきないまままたできである。 おけんの素物、みで汁、パナナーの がまたらの湯付があるし煮、ひじきの煮物、みで汁、パナナーの がまたらの湯付おろし煮、ひじきの煮物、みで汁、パナナーの がまたらの湯付おろし煮、ひじきの煮物、みで汁、パナナーの がまたらの湯付があるし煮、ひじきの煮物、みで汁、パナナーの がまたらの湯付おろし煮、ひじきの煮物、みで汁、カかんの またらの湯付おろし煮、ひじきの煮物、みで汁、カかんの またらの湯付おろし煮、ひじきの煮物、みで汁、カかんの またらの湯付おろし煮、ひじきの煮物、みで汁、カかんの でりかき野菜丼、かぼちゃのチーズ焼き、みで汁、カかんの でりかき野菜丼、かぼちゃのチーズ焼き、みで汁、サイン・サール・サース・ボール・牛乳 がけんべい 麦茶 一切 が は かがと 大根のそぼろ煮 ない ませんべい 麦茶 一切 が は かがと 大根のそぼろ煮 ない ませんべい 麦茶 一切 が は かがと 大根のそぼろ煮 ない ませんべい 麦茶 一切 が は かがと 大根のそぼろ煮 ない まま からし、牛乳 かど かい まま からし、ナー乳 からし、ナー乳 からし、カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カ	4	月		納豆御飯,まぐろの揚げおろし煮,ほうれん草	
6 水 ピスケット・麦茶 御飯 肉豆腐、さつまいも煮、みそ汁、みかん あずき蒸しパン・牛乳 部 せんべい 麦茶 御飯 鮭の塩焼き・ひじきと大豆の「炒り煮、みそ お好み焼き・牛乳 ・	5	火	おせんべい,麦茶	御飯,鶏肉のごまみそやき,ブロッコリーと人参	マカロニきな粉,牛乳
大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	6	水	ビスケット,麦茶		あずき蒸しパン,牛乳
8 金 並スケット、麦茶 ミートスパゲティー小松菜とコーンの炒め物、 麦茶パナナ みかんの 御飯・赤魚の煮付け、切り干し大根の煮物。み そ汁・パナナ 五平もち(みそ)・牛乳 かぽちゃマフィン・牛乳 フライドポテト・牛乳 フライドポテト・牛乳 フライドポテト・牛乳 フライドポテト・牛乳 フライドポテト・牛乳 フライドポテト・牛乳 フライドポテト・牛乳 オンパナナ 13 水 ボビスケット・麦茶 がおせんべい。麦茶 かたらの揚げおろし煮。ひじきの煮物。みそ 汁・パナナ でりやき野菜丼かぽちゃのチーズ焼き。みそ 汁・カかん 砂飯・ボークビーンズ、ほうれん草のナムル・み を汁・リんご カンチ焼き御飯、かぶと大根のそぽろ煮。な めこ汁・パナナ きなこドーナツ・牛乳 ラの高揚げボール・牛乳 ・デ・ミ、キ乳 ・カン・ハ・麦茶 からこ汁・パナナ ラがり ・デ・シート・カリームシ ・デュー・いちご カ・そラーメン、さつまいものチーズ焼き、麦茶,り ・レご カ・スケット・麦茶 かたけ、ナナ・カレーラどん、ツナス・リャッシュポテト、麦茶,パ ナナナ かぼちゃのきな粉和え、 ・生乳 ・カン・ハ・ナスケット・麦茶 かと汁・パナナ サビスケット・麦茶 かと汁・パナナ マーボー豆腐。かぽちゃ煮、みそ汁・リんご カ・モ汁・パナナ マーボー豆腐。かぽちゃ煮、みそ汁・リんご カ・モ汁・パナナ マーボー豆腐。かぽちゃ煮、みそ汁・リんご カ・モ汁・パナナ マーボー豆腐。かぽちゃ煮、みそ汁・リんご カ・モ汁・パナナ カ・ナナ カ・ナナ カレーラどん、ツナ入りマッシュポテト、麦茶,パ ・カレーラどん、ツナ入りマッシュポテト、麦茶,パ ・カレークスナック・4 乳、おせんべい、まだうゼリー(市販品)・牛乳 ・ボール・カン・カ・ナナ ・キュリー・ファク・4 乳、おせんべい、まどうゼリー(市販品)・牛乳 ・ボール・カン・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ・カ	7	木	おせんべい,麦茶		お好み焼き,牛乳
11 月 おせんべい麦茶 カレーライス,白菜と油揚げの煮浸しみそ汁、かぼちゃマフィン,牛乳 かかん 御飯 赤魚の煮付け,切り干し大根の煮物,み マ汁、パナナ 御飯 鶏肉のマーマレード焼き、マカロニのケ チャップ炒め,みそ汁、パナナ おせんべい麦茶 御飯 たらの揚げおろし煮ひじきの煮物,みそ 汁、パナナ おせんべい麦茶 御飯 ボークビーンズ.ほうれん草のナムル,み そ汁・りんご 自然 かん だスケット麦茶 御飯 松風焼き、凍り豆腐の煮物,みそぼうれんご カールパンハンバーグミニトマト,クリームシ サーニー、いちご カールパンハンバーグ・ミニトマト,クリームシ ガー・ボットケー 大乳 かんご カールパンハンバーグ・ミニトマト,クリームシ カー・ボットナカー カー・ボー・キ乳 カレーラどん、ツナ入りマッシュボテト、麦茶、パ カー・ボー・サー・ボー・ボー・サー・ボー・サー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー・ボー	8	金	ビスケット,麦茶	ミートスパゲティー,小松菜とコーンの炒め物,	五平もち(みそ),牛乳
12 火 ビスケット・麦茶 御飯・赤魚の煮付け、切り干し大根の煮物。み フライドポテト、牛乳 (井水)ナナ 御飯・鶏腐のマーマレード焼き、マカロニのケ (井水)ナナ	11	月	おせんべい,麦茶	カレーライス,白菜と油揚げの煮浸し,みそ汁,	かぼちゃマフィン,牛乳
13 水 おせんべい表茶 御飯鶏肉のマーマレード焼き、マカロニのケ 辞ないとうの おせんべい表茶 御飯だらの揚げおろし煮、ひじきの煮物。みそ ホットケーキ、牛乳、 ナバナナ 15 金 おせんべい。麦茶 てりやき野菜丼、かぼちゃのチーズ焼き。みそ さなごドーナツ、牛乳、 のみそ焼き御飯かぶと大根のそぼろ煮、な おせんべい。麦茶 一のみそ焼き御飯かぶと大根のそぼろ煮、な おせんべい。麦茶 御飯、松風焼き、凍り豆腐の煮物。みそ汁、りん 上でスケット。麦茶 御飯、松風焼き、凍り豆腐の煮物。みそ汁、りん 中乳 カモ・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・	12	火	ビスケット,麦茶	御飯,赤魚の煮付け,切り干し大根の煮物,み	フライドポテト,牛乳
14 木 ビスケット・麦茶 御飯たらの揚げおろし煮,ひじきの煮物みそ ホットケーキ,牛乳 ナンバナナ おせんべい・麦茶 でりやき野菜丼、かぼちゃのチーズ焼き,みそ きなこドーナツ,牛乳 でスケット・麦茶 御飯、ポークビーンズ,ほうれん草のナムル・み 豆腐揚げボール・牛乳 そ汁・りんご おせんべい・麦茶 一般の子焼き御飯、かぶと大根のそぼろ煮。な チヂミ、牛乳 かごカット・麦茶 御飯・松風焼き、凍り豆腐の煮物・みそ汁・りん 上でスケット・麦茶 ロールパン・ハンバーグ・ミニトマト・クリームシ 五平もち (みたらし)・牛乳 エスケット・麦茶 みそラーメン・さつまいものチーズ焼き。麦茶・リ 中しぐれおにぎり、牛乳 カ・ビスケット・麦茶 マーボ・・フェー・いちご みそラーメン・さつまいものチーズ焼き。麦茶・リ 中しぐれおにぎり、牛乳 カ・ビスケット・麦茶 マーボ・・ ファーボ・・ ファー・・ キ乳 カ・ビスケット・麦茶 マーボ・・ ファー・・ カ・・ ファー・・ キ乳 カ・・ カ・・ カ・・ カ・・ カ・・ カ・・ カ・・ カ・・ カ・・ カ	13	水	おせんべい,麦茶	御飯,鶏肉のマーマレード焼き,マカロニのケ	鮭おにぎり,牛乳
15 金 おせんべい。麦茶 でりやき野菜井、かぼちゃのチーズ焼き、みそ 注スケット。麦茶 御飯ポークビーンズ、ぼうれん草のナムル、み 元 元 元 元 元 元 元 元 元	14	木	ビスケット,麦茶	御飯,たらの揚げおろし煮,,ひじきの煮物,みそ	ホットケーキ,牛乳
18	15	金	おせんべい,麦茶	てりやき野菜丼,かぼちゃのチーズ焼き,みそ	きなこドーナツ,牛乳
19 火 おせんべい表茶 鮭のみそ焼き御飯,かぶと大根のそぼろ煮,な めこ汁,バナナ 20 水 春分の日 21 木 ビスケット,麦茶 御飯,松風焼き,凍り豆腐の煮物,みそ汁,りん ご キ乳 エ平もち(みたらし),牛乳 エ平もち(みたらし),牛乳 カモラーメン,さつまいものチーズ焼き,麦茶,り んご 御飯,たらの煮つけ,小松菜と菜花の納豆和え, クッキー,牛乳 みそ汁,パナナ マーボー豆腐,かぼちや煮,みそ汁,りんご ブルーベリージャムサンド,牛乳 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 大井 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 大井 おせんべい,表茶 おけんべい,表茶 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 大井 おけんべい,表茶 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 大井 おけんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 おけんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 おけんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 おけんべい,などうゼリー(市販品)キ乳 おけんべい,などうゼリー(市販品)キ乳 おり 金 は71 161 18 192 0.26 0.29 24 4.66 1.5 1月標量 464 18.6 12.9 214 2.3 189 0.25 0.28 20 3.3 1.5 元足率%) 90 89 96 78 77 101 103 103 103 122 140 100	18	月	ビスケット,麦茶	御飯,ポークビーンズ,ほうれん草のナムル,み	豆腐揚げボール,牛乳
20 水 春分の日 細飯,松風焼き,凍り豆腐の煮物,みそ汁,りん だるやのきな粉和え,牛乳 21 木 ビスケット,麦茶 ロールパン,ハンバーグ,ミニトマト,クリームシ チュー,いちご 現民・麦茶,り だったらし),牛乳 かそラーメン,さつまいものチーズ焼き,麦茶,り んご 中しぐれおにぎり,牛乳 かそラーメン,さつまいものチーズ焼き,麦茶,り んご かくさい,麦茶 御飯,たらの煮つけ,小松菜と菜花の納豆和え, みそ汁,バナナ マーボー豆腐,かぼちゃ煮,みそ汁,りんご ブルーベリージャムサンド,牛乳 ブルーベリージャムサンド,牛乳 エネルギー カンウト,麦茶 オ カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 女米フレークスナック,4乳 カレーラどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ カレークスナック,4乳 カレーカスナック,4乳 カレーカスナック,4乳 カレーカスナック,4乳 まま満児 417 16.6 12.4 167 1.8 192 0.26 0.29 24 4.6 1.5 目標量 464 18.6 12.9 214 2.3 189 0.25 0.29 24 4.6 1.5 元足率(8) 90 89 96 78 77 101 103 103 103 122 140 100	19	火	おせんべい,麦茶	鮭のみそ焼き御飯,かぶと大根のそぼろ煮,な	チヂミ,牛乳
21 木 ご 牛乳 22 金 おせんべい,麦茶 ロールパン,ハンバーグ,ミニトマト,クリームシ チュー,いちご 五平もち(みたらし),牛乳 25 月 ビスケット,麦茶 みそラーメン,さつまいものチーズ焼き,麦茶,りんご 牛しぐれおにぎり,牛乳 26 火 おせんべい,麦茶 御飯,たらの煮つけ,小松菜と菜花の納豆和え, クッキー,牛乳 27 水 ビスケット,麦茶 マーボー豆腐,かぼちゃ煮,みそ汁,りんご ブルーベリージャムサンド,牛乳 28 木 おせんべい,麦茶 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 大ナナ 玄米フレークスナック,4乳 29 金 ビスケット,麦茶 お井当の日 おせんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 本井当の日 おせんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 本井満児 417 16.6 12.4 167 1.8 192 0.26 0.29 24 4.6 1.5 目標量 464 18.6 12.9 214 2.3 189 0.25 0.28 20 3.3 1.5 充足率(%) 90 89 96 78 77 101 103 103 103 122 140 100	20	水	春分の日		
22 金 おせんべい,麦茶 ロールパン,ハンバーグ,ミニトマト,クリームシ チュー,いちご 五平もち(みたらし),牛 乳 25 月 ビスケット,麦茶 みそラーメン,さつまいものチーズ焼き,麦茶,り んご 牛しぐれおにぎり,牛乳 んご 26 火 おせんべい,麦茶 御飯,たらの煮つけ,小松菜と菜花の納豆和え, みそ汁,バナナ クッキー,牛乳 27 水 ビスケット,麦茶 マーボー豆腐,かぼちゃ煮,みそ汁,りんご ブルーベリージャムサンド,牛乳 28 木 おせんべい,麦茶 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ ナナ 玄米フレークスナック,4 乳 29 金 並スケット,麦茶 お井当の日 おせんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 ボネ満児 417 16.6 12.4 16.7 16.8 12.4 16.7 16.9 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.4 16.7 16.6 12.5 12.9 12.4 12.3 18.9 0.25 0.28 20 3.3 1.5 万足率(%) 90 89 96 78 77 101 103 103 103 122 140 100	21	木	ビスケット,麦茶	御飯,松風焼き,凍り豆腐の煮物,みそ汁,りんご	かぼちゃのきな粉和え、
25 月 ビスケット、麦茶 みそラーメン、さつまいものチーズ焼き、麦茶、りんご 牛しぐれおにぎり、牛乳、んご 26 火 おせんべい、麦茶 御飯、たらの煮つけ、小松菜と菜花の納豆和え、クッキー、牛乳、みそ汁、バナナ フルーベリージャムサンド、牛乳、オープルーベリージャムサンド、牛乳、カレーうどん、ツナ入りマッシュポテト、麦茶、バナナ 28 木 おせんべい、麦茶 カレーうどん、ツナ入りマッシュポテト、麦茶、バナナ 玄米フレークスナック、角乳、おせんべい、ぶどうゼリー(市販品)牛乳 29 金 ビスケット、麦茶 お弁当の日 おせんべい、ぶどうゼリー(市販品)牛乳 3才未満児 417 16.6 12.4 167 1.8 192 0.26 0.29 24 4.6 1.5 目標量 464 18.6 12.9 214 2.3 189 0.25 0.28 20 3.3 1.5 充足率(%) 90 89 96 78 77 101 103 103 122 140 100	22	金	おせんべい,麦茶		五平もち(みたらし),牛
26 火 おせんべい,麦茶 御飯,たらの煮つけ,小松菜と菜花の納豆和え, クッキー,牛乳 みそ汁,バナナ 27 水 ビスケット,麦茶 マーボー豆腐,かぼちゃ煮,みそ汁,りんご ブルーベリージャムサンド,牛乳 名米フレークスナック,4 ナナ 乳 28 木 おせんべい,麦茶 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バナナ 乳 29 金 ビスケット,麦茶 お弁当の日 おせんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 3才未満児 417 16.6 12.4 167 1.8 192 0.26 0.29 24 4.6 1.5 目標量 464 18.6 12.9 214 2.3 189 0.25 0.28 20 3.3 1.5 充足率(%) 90 89 96 78 77 101 103 103 122 140 100	25	月	ビスケット,麦茶	みそラーメン,さつまいものチーズ焼き,麦茶,り	
27 水 ドスケット,麦茶 マーボー豆腐,かぼちゃ煮,みそ汁,りんご ブルーベリージャムサンド,牛乳 28 木 おせんべい,麦茶 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 乳 玄米フレークスナック,牛乳 29 金 ビスケット,麦茶 お弁当の日 おせんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 本 大水ドー タンパク 陰偏 原 原 mg	26	火	おせんべい,麦茶	御飯,たらの煮つけ,小松菜と菜花の納豆和え,	クッキー,牛乳
28 木 おせんべい,麦茶 カレーうどん,ツナ入りマッシュポテト,麦茶,バ 乳 玄米フレークスナック,4 乳 29 金 ビスケット,麦茶 お弁当の日 おせんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 本 パップラ	27	水	ビスケット,麦茶		ブルーベリージャムサン ド.牛乳.
29 金 ビスケット,麦茶 お弁当の日 おせんべい,ぶどうゼリー(市販品)牛乳 本水パー タンパク 脂質 カルシウム 株会園 g mg mg mg mg mg mg mg	28	木	おせんべい,麦茶		玄米フレークスナック、牛
***********************************	29	金	ビスケット,麦茶	· ·	おせんべい,ぶどうゼ
kcal g g mg mg μg mg mg mg g <t< td=""><td></td><td></td><td></td><td></td><td>VIII WARE I JA</td></t<>					VIII WARE I JA
kcal g g mg mg μg mg mg mg g <t< td=""><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></t<>					
3才未満児 417 16.6 12.4 167 1.8 192 0.26 0.29 24 4.6 1.5 目標量 464 18.6 12.9 214 2.3 189 0.25 0.28 20 3.3 1.5 充足率(%) 90 89 96 78 77 101 103 103 122 140 100					
目標量 464 18.6 12.9 214 2.3 189 0.25 0.28 20 3.3 1.5 充足率(%) 90 89 96 78 77 101 103 103 122 140 100	3オ	未清			
	E	目標』	1 464 18.6 1		
	充	足率	(%) 90 89		