

| 日曜  | うめ組・もも組・ゆり組のおやつ | 献立名   | 主要材料  | 3時のおやつ   |
|-----|-----------------|---|---|--|
| 2月  | 牛乳<br>菓子        | ビビンバ<br>中華スープ チーズ   | 合挽肉 キャベツ 小松菜 人参 もやし ごま油<br>うずら卵 かまぼこ コーン わかめ 切干大根     | ミルク<br>たこ焼き  |
| 6金  | 牛乳<br>菓子        | ご飯 肉豆腐<br>春野菜のみそ汁ゼリー  | 牛肉 豆腐 えのき茸 玉ねぎ 人参 ねぎ こんにゃく<br>干し椎茸 キャベツ さやえんどう 油揚げ    | ミルク<br>かしわ餅       |
| 7土  | 牛乳<br>菓子        | 三色丼<br>しめじのすまし汁 パイン   | 鶏挽肉 いんげん 卵 しめじ<br>玉ねぎ 小松菜 切干大根                        | 牛乳<br>きな粉蒸しパン  |
| 9月  | 牛乳<br>菓子        | ご飯 たら唐揚げ<br>ニラレバ炒め かき玉スープ ヤクルト  | たら 豚レバー たら 人参 玉ねぎ もやし<br>ごま油 豆腐 椎茸 チンゲン菜 卵            | ミルク<br>チーズケーキ  |
| 10火 | 牛乳<br>菓子        | レーズンパン 鶏肉と春野菜のケチャップ炒め<br>マカロニスープ いちご 牛乳(きく組～)   | 鶏肉 玉ねぎ 人参 切干大根 キャベツ しめじ<br>アスラガス マカロニ 小松菜 ベーコン        | お茶<br>昆布おにぎり   |
| 11水 | 牛乳<br>バナナ       | ご飯 豆腐のふんわり揚げ<br>かみかみ和え 舞茸のみそ汁 オレンジ  | 鶏挽肉 豆腐 はんぺん ひじき ごぼう 人参<br>いんげん 卵 大根 きゅうり さきいか 舞茸 油揚げ  | ミルク<br>スティックパイ   |
| 12木 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 さわらの西京焼き<br>きんぴらごぼう じゃがいものすまし汁 プリン   | さわら 鶏肉 ごぼう 人参 こんにゃく いんげん<br>じゃが芋 切干大根 ちくわ わかめ         | ミルク<br>焼きそばパン  |
| 13金 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 鶏肉とみそヨーグルトソテー<br>サラダ スナックえんどうと卵のスープ バナナ  | 鶏肉 ヨーグルト キャベツ 小松菜 コーン 人参<br>切干大根 マヨネーズ スナックえんどう 卵     | ミルク<br>焼きドーナツ  |
| 14土 | 牛乳<br>菓子        | カレーライス<br>コールスローサラダゼリー  | 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 大豆<br>キャベツ コーン ハム                      | お茶<br>フルーツヨーグルト・ウエハース  |
| 16月 | 牛乳<br>バナナ       | ご飯 あじの南蛮漬け スナックえんどう<br>きんぴら汁 パイン  | あじ(たら) 玉ねぎ 人参 セロリ スナックえんどう<br>マヨネーズ 豚肉 ごぼう こんにゃく いんげん | ミルク<br>ハムチーズマフィン   |
| 17火 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 豚肉のオニオンソース<br>アスパラのサラダ 豆乳スープ バナナ   | 豚肉 玉ねぎ アスパラガス ツナ 人参 ひじき<br>キャベツ マヨネーズ しめじ ベーコン 豆乳     | ミルク<br>あんトースト  |
| 18水 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 筑前煮<br>舞茸のみそ汁 ヨーグルト  | 鶏肉 レンコン ごぼう 人参 干し椎茸 こんにゃく<br>いんげん ちくわ ねぎ 玉ねぎ 舞茸 油揚げ   | ミルク<br>アップルパイ  |
| 19木 | 牛乳<br>菓子        | ロールパン 鮭のタンドリー風<br>ポテトサラダ スープ オレンジ 牛乳(きく組～)  | 鮭 ヨーグルト じゃが芋 きゅうり 人参 ハム<br>マヨネーズ 鶏肉 小松菜 えのき茸          | お茶<br>きつねうどん   |
| 20金 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 鶏肉の照り焼き<br>キャベツの海苔酢和え すまし汁 チーズ   | 鶏肉 キャベツ 人参 小松菜 切干大根<br>しらす干し ちくわ 玉ねぎ わかめ ねぎ           | ミルク<br>原宿ドッグ   |
| 21土 | 牛乳<br>菓子        | 中華丼<br>もやしの中華スープゼリー   | 豚肉 えび 玉ねぎ 人参 小松菜<br>もやし 切干大根 わかめ                      | 牛乳<br>クリームブッセ  |
| 23月 | 牛乳<br>菓子        | チキンライス キャベツ入りメンチカツ <br>ハムのサラダ オレンジ チーズ | 鶏肉 玉ねぎ 人参 コーン グリンピース しめじ<br>豚挽肉 キャベツ 卵 切干大根 ハム        | ジュース<br>誕生日ケーキ  |
| 24火 | 牛乳<br>菓子        | コッペパン さわらのムニエル<br>サラダ アスパラスープ プリン 牛乳(きく組～)  | さわら ひじき キャベツ 人参 切干大根<br>ハム じゃが芋 アスパラガス 玉ねぎ            | お茶<br>炊き込みご飯   |
| 25水 | 牛乳<br>バナナ       | マーボー丼<br>春雨スープ パイン  | 豚挽肉 豆腐 玉ねぎ 人参 ピーマン ひじき<br>しめじ ごま油 春雨 コーン チンゲン菜        | ミルク<br>ロッククッキー   |
| 26木 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 鮭のさっぱり焼き<br>大豆煮 麩のすまし汁 ヨーグルト   | 鮭 大豆 干し椎茸 人参 こんにゃく いんげん<br>昆布 麩 玉ねぎ 小松菜 ごぼう           | ミルク<br>ウインナーパン   |
| 27金 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 鶏肉の竜田揚げ<br>豚挽肉とわかめの炒め物 スープゼリー  | 鶏肉 わかめ 春雨 豚挽肉 コーン<br>チンゲン菜 しめじ 人参 豆腐 もやし              | ミルク<br>たいやき  |
| 28土 | 牛乳<br>菓子        | 牛丼<br>油揚げのみそ汁 バナナ   | 牛肉 玉ねぎ 人参 しらたき ねぎ<br>油揚げ 切干大根 もやし                     | 牛乳<br>小魚の胡麻和え・ゼリー  |
| 30月 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 ちくわのチーズ磯部揚げ<br>ささ身といんげんのおかか和え すまし汁 メロン   | ちくわ チーズ 鶏ささ身 いんげん 切干大根<br>人参 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ わかめ ねぎ      | ミルク<br>わらび餅  |
| 31火 | 牛乳<br>菓子        | ご飯 さばの塩焼き<br>キャベツの酢の物 みそ汁ゼリー  | さば(たら) キャベツ きゅうり コーン ハム<br>えのき茸 人参 切干大根 かまぼこ わかめ      | ミルク<br>カレーパン   |