

日	曜日	1.2歳児 朝おやつ	給食	食材	おやつ	食材	1.2歳児 エネルギー たんぱく質	3.4.5歳児 エネルギー たんぱく質
18	月	麦茶 ヨーグルト (いちごジャム)	ごはん ♥厚揚げ田楽 ♥にんじんしりしり すまし汁	生揚げ こねぎ ごま油 すりごま 人参 ツナ缶 ごま油 えのき ニラ	牛乳 クラッカーサンド バナナ	クラッカー いちごジャム クリームチーズ	488 kcal 18.2 g	539 kcal 19.7 g
19	火	牛乳 食べる 煮干し	♥レーズンツイスト ♥肉団子と白菜のスープ 粉吹きいも バナナ	鶏もも挽肉 玉葱 パン粉 白菜 人参 春雨 片栗粉 じゃがいも パセリ	麦茶 ひじきおむすび	米 ひじき 人参 油揚げ のり	389 kcal 18 g	379 kcal 16 g
21	木	牛乳 オレンジ	とん丼 ひじきと野菜の炒め物 具だくさん味噌汁	米 豚もも 玉葱 しょうが ひじき 人参 キャベツ たけのこ ちくわ ごま油 じゃがいも 人参 長ネギ	麦茶 すいとん	薄力粉 人参 長ネギ かまぼこ	486 kcal 16.9 g	495 kcal 15.8 g
22	金	牛乳 バナナ	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ブロッコリーのドレッシング和え 味噌汁	手羽元 長ネギ 生姜 ブロッコリー コン缶 オリーブ油 キャベツ 玉葱	牛乳 ♥いちご蒸しパン	ミックス粉 牛乳 卵 ミラフル 油	507 kcal 20.3 g	510 kcal 20.1 g
23	土	麦茶 ウエハース	チキンライス マカロニサラダ ベジタブルスープ	米 鶏もも バター 玉葱 コン缶 マカロニ きゅうり 人参 マヨドレ ミックスベジタブル	牛乳 かりんとう カルシウムせんべい		505 kcal 15.8 g	619 kcal 19.6 g
25	月	麦茶 ヨーグルト (白桃)	ごはん ♥鮭の塩焼き 凍り豆腐とひじきの含め煮 味噌汁	鮭 凍り豆腐 ひじき 人参 かつお節 じゃがいも 玉葱 わかめ	牛乳 マカロニきなこ	マカロニ きなこ 砂糖	392 kcal 23 g	472 kcal 28.4 g
26	火	牛乳 食べる 煮干し	ごはん ♥豚レバーのかりん揚げ 納豆和え 味噌汁	豚レバー 生姜 片栗粉 油 すりごま ごま 牛乳 ほうれん草 人参 もやし 納豆 かぶ しめじ	麦茶 コーンフロスト フルーツグラノーラ	コーンフロスト 牛乳	466 kcal 21.8 g	480 kcal 21.1 g
27	水	牛乳 バナナ	ごはん マーボー豆腐 ナムル風煮びたし わかめスープ	豚ひき肉 豆腐 玉葱 長ネギ にんにく 生姜 ごま油 片栗粉 ほうれん草 人参 もやし 油揚げ ごま油 わかめ 長ネギ ごま	牛乳 ♥ペペロンチー	スパゲッティ キャベツ しらす干し にんにく オリーブ油	481 kcal 21.2 g	478 kcal 21.1 g
28	木	牛乳 オレンジ	♥黒糖パン ♥かぼちゃのグラタン シーチキンサラダ 人参スープ	かぼちゃ へーコン 玉葱 しめじ 薄力粉 バター 脱脂粉乳 パルメザンチーズ ツナ缶 キャベツ きゅうり 人参 マヨドレ レモン 人参 玉葱	麦茶 中華おこわおむすび	米 もち米 ごぼう 人参 グリーンピース しらす干し ごま油	417 kcal 14.4 g	431 kcal 13.7 g
29	金	牛乳 バナナ	♥スパゲティー・ミートソース 蒸し鶏サラダ バナナ	スパゲッティ 豚ひき肉 玉葱 人参 ピーマン トマト缶 薄力粉 鶏むね キャベツ 人参 マヨドレ	牛乳 カレー肉まん	食パン 豚ひき肉 玉葱 人参 カレー粉 片栗粉	455 kcal 20.1 g	440 kcal 20 g
30	土	牛乳 マリー ビスケット	梅ごはん 青椒肉絲 じゃが芋としめじのサラダ 味噌汁	米 梅干し ごま 豚もも たけのこ ピーマン ごま油 片栗粉 じゃがいも しめじ いんげん へーコン マヨドレ 花麩 長ネギ	麦茶 カップヨーグルト カルシウムせんべい		488 kcal 23.7 g	468 kcal 22.9 g

## 🌸給食室より

ばら組さんから給食のリクエストをもらいました。♥マークがついているのがリクエストメニューです。  
毎年3月はばら組さんからリクエストをもらい、献立になるべく多くのリクエストを入れるようにしています。  
「豚レバーのかりん揚げ」は毎年あがってくる人気メニューです。

