

令和6年3月予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日
	卒業おめでとうございます。 小学校、中学校、高校を卒業する皆様、ご家族の皆様、卒業おめでとうございます。 今年度は、大きな変化のある1年でした。 6月に新しい建物が完成し、引越しを経験しました。 引越しによって、子供たちが不安な気持ちになってしまふことを心配しましたが、少しずつ笑顔が増え、落ち着いて過ごすことができています。1日目の生活の様子はホームページのページからご覧いただけます。 さて、後の食事では、成長期の子供たちに必要な栄養素が不足しないように献立を立てています。そのため、できるだけ残さずに食べていただけたらと、バランスよく必要な栄養を摂ることが出来ます。小学校入学から高校卒業まで、個人差はありますが、12年間で約50cm身長が伸び、骨も丈夫になります。 *ストレスに負けない、強くて丈夫な体を作るため、おいしく残さず食うことができるように、これからも工夫を続け、食べることの大切さを伝えていきたいと思っています。				1 日	2 日	3 日
朝食	ご飯 みそ汁 鶏肉と車麩の卵とし キャベツときのこのマヨネえ しらす干し 牛乳	ご飯 ジュリエンスープ きのこのキッシュ ハムサラダ バナナ 牛乳	ご飯 みそ汁 鮭の塩焼き 厚揚げと大根の煮物 いちごゼリー 牛乳	ご飯 じゃが芋のクリーム煮 野菜とコーンのソテー かにかまとブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	ご飯 みそ汁 いじり豚 小松菜と大根のからし和え 温泉卵 牛乳	⑥ダブルソフト ⑥ご飯 ポトフ 豆腐野菜ハンバーグ 豆とコーンのサラダ バナナ・牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ ミートボールの甘辛煮 納豆と白菜のごま和え 練豆 牛乳
昼食	ピビンパ ビーフンスープ みそポテト わかめサラダ中華ドレ 温泉卵	ご飯 中華風スープ 厚揚げの肉あんかけ にらとじゃが芋のソテー ツナと大根の中華和え	ご飯 カリフラワーのスープ 鯉のムニエルトマトソース マカロニのクリーム煮 エビサラダ みかんジュース	ご飯 すまし汁 鶏肉のマヨコーン焼き 厚揚げの炒め煮 ささみとキャベツの和え物 ヨーグルト	ご飯 コンソメスープ 鮭のトマトガーリックソース ピーマンと南瓜のソテー チーズサラダ	⑥うどん ⑥ご飯・すまし汁 鶏もも焼鳥 れんこんの金平 かにかまとアスパラの和え物 ヨーグルト	ご飯 けんちん汁 鮭の生煮焼 青菜の卵とし 油揚げと大根の和風サラダ
夕食	⑥スパゲッティミートソース ⑥ご飯・豚肉のケチャップソース オクラのスープ バイクドポテト 5色サラダ カットマンゴー	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 すまし汁 鮭の味噌だれ 牛肉と大根の煮物 ほうれん草とちくわつの和え物 青りんごゼリー	ご飯 コンソメスープ かじきのカレーチーズかけ 卵と野菜の炒め物 コブサラダ いよかん	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	ピビンパ ビーフンスープ みそポテト わかめサラダ中華ドレ 温泉卵	ご飯 中華風スープ 厚揚げの肉あんかけ にらとじゃが芋のソテー ツナと大根の中華和え	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
夕食	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥スパゲッティ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
朝食	ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のカレーソース 卵焼き 韓国のり 牛乳	ご飯 ほうれん草のスープ 鶏団子のコンソメ煮 かにかまとじゃが芋のサラダ バナナ 牛乳	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳
昼食	豚そぼろ丼 ワンタンスープ 青のりポテト 野菜のナムル ヨーグルト	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥肉汁うどん ⑥豚肉の卵とし汁・すまし汁 蒸しポテト ハムと小松菜の和え物 あんみつ	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの炒め物 卵とブロッコリーのマヨネえ バナナ・牛乳	⑥ミルルクソープ ⑥ご飯 ポテトのスープ 豚肉とキャベツの

 今月の献立

3月3日(日)夕食は、桃の節句特別メニューです。
"ちらし寿司"と人気の"から揚げ"、"桃ゼリー"を用意しました。



※ お知らせ ※

- ◎3月9日(土)手作りおやつは★「苺ミニパフェ」を提供します。
- ◎3月23日(土)手作りおやつは★「おにぎり」を提供します。
- ◎3月16日(土)★ケーキは「いちごショートケーキ」を提供します。
- ◎3月の食卓当番は「そら」ユニットです。土日祭日の朝食、昼食、夕食および平日の夕食各1食が対象です。



3月の栄養価【1日当たりの平均】

◎選択食で「めん」と「パン」を選んだ方

エネルギー	2,211kcal
タンパク質	94.4g
脂 質	66.7g

◎選択食で「ごはん」を選んだ方
エネルギー2,232kcal
タンパク質92.6g 脂質 65.2g