



# 給食献立表

## 普通食



令和7年 3月

ベビーエンゼル保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
3月3日	鮭のチラシ寿司 菜の花の和え物 すまし汁 (鮓・えのき・チンゲン菜)	桜餅(2歳児) いちごホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・ ごま・ごま油・ホットケ- キミックス・桜餅	鮓・海苔・ちくわ・鮓・か つお粉・いりこ・牛乳	にんにく・さやいんげん・ 菜の花・もやし・えのき・ チンゲン菜	395	17.9	7.3	0.9
3月4日	カレーライス きゃべつサラダ いちご	シナモンドーナツ 牛乳 いりこ	米・麦・ごま油・砂糖・シ ナモン・カレーパウ・ポ ットケ-キミックス	鶏ひき肉・牛乳・いりこ	ごぼう・れんこん・大根・ 人参・玉ねぎ・しょうが・ にんにく・キャベツ・小松 菜・とうもろこし・ごぼう	455	14.6	11.8	2.1
3月5日	麦ごはん さばの竜田揚げ 野菜の胡麻酢和え 味噌汁(生揚げ・白菜)	おせんべい いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・ごま・砂糖	鮓・鶏卵・ベーコン・味 噌・鰹粉・いりこ・おせん べい	キャベツ・人参・きゅう り・白菜	410	16.5	13.9	1.4
3月6日	麦ごはん 肉豆腐 ひじきサラダ 味噌汁(キャベツ・わかめ)	いちごクッキー 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・いちごジャム	豚肉・グリーンピース・しら たき・ひじき・わかめ・牛 乳・いりこ・味噌・かつお 粉	玉ねぎ・人参・きゃべつ・ ほうれん	450	16.4	14.7	1.4
3月7日	豚汁うどん 南瓜のそぼろ煮 バナナ	ゆかりおにぎり いりこ	うどん・サラダ油・砂糖・ 米	豚肉・ゆかり・いりこ・豆 腐	大根・人参・ごぼう・ね ぎ・南瓜・バナナ	429	17.9	9.6	1.4
3月10日	麦ごはん チキンのレモン風味焼き きゃべつサラダ 味噌汁(大根・油揚げ)	もちもちチーズパン いりこ	米・麦・ごま・砂糖・ごま 油・白玉粉・サラダ油	鶏もも肉・しらす・牛乳・ いりこ・油揚げ・味噌・か つお粉・チーズ	にんにく・キャベツ・粉ツ ナ・とうもろこし・ごぼ う・大根	448	18.8	15.3	1.2
3月11日	麦ごはん 生揚げとじゃが芋のそぼろ煮 三色和え きゃべつスープ	シュガー揚げパン いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ ごま・コップパン・グラ ニュー糖・じゃがいも	鶏ひき肉・ベーコン・生揚 げ・いりこ	じゃがいも・小松菜・もや し・にんにく・きゃべつ・ 玉ねぎ	438	15.7	15.1	1.5
3月12日	麦ごはん 鮭のムニエル ほうれん草と白菜のサラダ 味噌汁(まいたけ・なめこ・ねぎ)	チーズ蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・薄力粉・胡麻・サ ラダ油・ごま油・バター・ 蒸しパンミックス	鮓・しらす・かつお粉・味 噌・いりこ・チーズ・牛乳	ほうれん草・白菜・まいた け・なめこ・ねぎ	325	18.3	9.7	1.3
3月13日	麦ごはん れんこんハンバーグ 菜の花のしらす和え 味噌汁(豆腐・チンゲン菜)	きな粉マカロニ 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・砂糖・片 栗粉・きな粉・マカロニ	豚ひき肉・鶏卵・しらす・ 味噌・かつお粉・牛乳・い りこ・豆腐	玉ねぎ・れんこん・菜の 花・にんにく・チンゲン菜	424	20.4	12.8	1.3
3月14日	納豆チャーハン ささみと春雨の和え物 バナナ	マーブルケーキ いりこ	米・麦・サラダ油・春雨・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・砂糖・ココア・パ ター・マヨネーズ	納豆・鶏卵・鶏ささみ・い りこ	人参・ねぎ・きゅうり・バ ナナ	457	13.9	11.2	0.7
3月17日	麦ごはん 焼きコロッケ 春雨サラダ わかめスープ	いちご蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・パ ター・パン粉・春雨・マヨ ネーズ・蒸しパンミッ ク・いちごジャム・ごま	豚ひき肉・チーズ・ハム・ わかめ・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・パセリ・ きゅうり・ねぎ	392	12.4	13.7	1.2
3月18日	麦ごはん カジキのオーロラソース きりこぶの煮物 味噌汁(小松菜・えのき)	和風トースト 牛乳 いりこ	米・麦・マヨネーズ・砂 糖・食パン・ごま	めかじき・きりこぶ・ちく わ・味噌・かつお粉・牛 乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン・ しいたけ・小松菜・えのき	437	19.7	12.2	2.6
3月19日	麦ごはん タンドリーチキン 野菜の浅漬け きのこスープ	黒ごまクッキー いりこ	米・麦・カレーパウ・薄力 粉・ベーキングパウダー・ 砂糖・バター	鶏肉・ヨーグルト・鶏卵・ いりこ	にんにく・しょうが・キャ ベツ・人参・きゅうり・か ぶ・しいたけ・えのき・し めじ	427	15.2	16.1	1.3
3月21日	ミートソースパゲティ ポテトグラタン バナナ	オレンジケーキ いりこ	スパゲティ・オリーブ油・ 薄力粉・じゃがいも・ポ ットケ-キミックス	豚ひき肉・ベーコン・チー ズ・生クリーム・いりこ	にんにく・玉ねぎ・トマ ト・玉ねぎ・オレンジ果汁	480	16.2	16.5	1.2
3月24日	麦ごはん きのこハンバーグ 小松菜のソテー 味噌汁(切り干し大根・ねぎ)	スイートポテト 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・佐藤・片 栗粉・さつま芋・バター	豚ひき肉・鶏卵・ベー コン・切り干し大根・味噌・ かつお粉・牛乳・いりこ	玉ねぎ・えのき・しいた け・小松菜・人参・とうも ろこし・ねぎ	456	17.5	12.6	1.9
3月25日	豚玉天丼 胡麻サラダ バナナ	オレンジケーキ いりこ	米・麦・ごま・マヨネー ズ・薄力粉・ベーキングパ ウダー・砂糖・マーマレ ードジャム・サラダ油	豚ひき肉・鶏卵・揚げ玉・ のり・いりこ	玉ねぎ・人参・ほうれん 草・レタス・きゅうり・バ ナナ	419	12.5	11.8	1
3月26日	麦ごはん 白身魚のマリネ 切り干し大根の煮物 味噌汁(南瓜・油揚げ)	りんご寒天 いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・佐藤	たら・切り干し大根・さつ ま揚げ・油揚げ・寒天・い りこ	玉ねぎ・人参・ピーマン・ しいたけ・さやえんどう・ 南瓜・リンゴ果汁・もも	362	14.6	6.5	1.3
3月27日	カレーライス ブロッコリーの納豆和え バナナ	コーントースト 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・カ レールウ・食パン・マヨ ネーズ	鶏肉・ヨーグルト・鶏卵・ いりこ	にんにく・玉ねぎ・にんに く・しょうが・ブロッ コリー・とうもろこし・パセ リ	488	17.2	15.2	2.2
3月28日	麦ごはん 酢豚 春雨ソテー 中華スープ	小豆ホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ 片栗粉・ごま油・スキムミ ルク・ホットケ-キミッ クス	豚肉・春雨・わかめ・小 豆・牛乳・いりこ	ピーマン・にんにく・玉ね ぎ・しいたけ・パイナップ ル・レタス・とうもろこ し・もやし	429	15.1	9.5	1.2
3月31日	麦ごはん 鶏のから揚げ 野菜炒め いちご	人参蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・蒸しパンミックス	鶏肉・ウインナー・牛乳・ いりこ	しょうが・にんにく・キャ ベツ・玉ねぎ・人参・ピー マン・いちご	407	15.5	17.6	0.8

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。





# 給食献立表

## 卵除去食



令和7年 3月

ベビーエンゼル保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
3月3日	鮭のチラシ寿司 菜の花の和え物 すまし汁 (鮓・えのき・チンゲン菜)	桜餅(2歳児) いちごホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・ ごま・ごま油・ホットケ- キミックス・桜餅	鮓・海苔・ちくわ・鮓・か つお粉・いりこ・牛乳	にんじん・さやいんげん・ 菜の花・もやし・えのき・ チンゲン菜	395	17.9	7.3	0.9
3月4日	カレーライス きゃべつサラダ いちご	シナモンドーナツ 牛乳 いりこ	米・麦・ごま油・砂糖・シ ナモン・カレーパウ・ホッ トケ-キミックス	鶏ひき肉・牛乳・いりこ	ごぼう・れんこん・大根・ 人参・玉ねぎ・しょうが・ にんにく・キャベツ・小松 菜・とうもろこし・ごぼう	455	14.6	11.8	2.1
3月5日	麦ごはん さばの竜田揚げ 野菜の胡麻酢和え 味噌汁(生揚げ・白菜)	おせんべい いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・ごま・砂糖	鮓・鶏卵・ベーコン・味 噌・鰹粉・いりこ・おせん べい	キャベツ・人参・きゅう り・白菜	410	16.5	13.9	1.4
3月6日	麦ごはん 肉豆腐 ひじきサラダ 味噌汁(キャベツ・わかめ)	いちごクッキー 牛乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・いちごジャム	豚肉・グリーンピース・しら たき・ひじき・わかめ・牛 乳・いりこ・味噌・かつお 粉	玉ねぎ・人参・きゃべつ・ ほうれん	450	16.4	14.7	1.4
3月7日	豚汁うどん 南瓜のそぼろ煮 バナナ	ゆかりおにぎり いりこ	うどん・サラダ油・砂糖・ 米	豚肉・ゆかり・いりこ・豆 腐	大根・人参・ごぼう・ね ぎ・南瓜・バナナ	429	17.9	9.6	1.4
3月10日	麦ごはん チキンのレモン風味焼き きゃべつサラダ 味噌汁(大根・油揚げ)	もちもちチーズパン いりこ	米・麦・ごま・砂糖・ごま 油・白玉粉・サラダ油	鶏もも肉・しらす・牛乳・ いりこ・油揚げ・味噌・か つお粉・チーズ	にんにく・キャベツ・粉ツ ナ・とうもろこし・ごぼ う・大根	448	18.8	15.3	1.2
3月11日	麦ごはん 生揚げとじゃが芋のそぼろ煮 三色和え きゃべつスープ	シュガー揚げパン いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ ごま・コッパン・グラ ニュー糖・じゃがいも	鶏ひき肉・ベーコン・生揚 げ・いりこ	じゃがいも・小松菜・もや し・にんじん・きゃべつ・ 玉ねぎ	438	15.7	15.1	1.5
3月12日	麦ごはん 鮭のムニエル ほうれん草と白菜のサラダ 味噌汁(まいたけ・なめこ・ねぎ)	チーズ蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・薄力粉・胡麻・サ ラダ油・ごま油・バター・ 蒸しパンミックス	鮓・しらす・かつお粉・味 噌・いりこ・チーズ・牛乳	ほうれん草・白菜・まいた け・なめこ・ねぎ	325	18.3	9.7	1.3
3月13日	麦ごはん れんこんハンバーグ 菜の花のしらす和え 味噌汁(豆腐・チンゲン菜)	きな粉マカロニ 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・砂糖・片 栗粉・きな粉・マカロニ	豚ひき肉・しらす・味噌・ かつお粉・牛乳・いりこ・ 豆腐	玉ねぎ・れんこん・菜の 花・にんじん・チンゲン菜	424	20.4	12.8	1.3
3月14日	納豆チャーハン ささみと春雨の和え物 バナナ	マーブルケーキ いりこ	米・麦・サラダ油・春雨・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・砂糖・ココア・パ ター・マヨドレ	納豆・鶏ささみ・いりこ	人参・ねぎ・きゅうり・バ ナナ	457	13.9	11.2	0.7
3月17日	麦ごはん 焼きコロッケ 春雨サラダ わかめスープ	いちご蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・パ ター・パン粉・春雨・マヨ ドレ・蒸しパンミックス・ いちごジャム・ごま	豚ひき肉・チーズ・ハム・ わかめ・牛乳・いりこ	人参・玉ねぎ・パセリ・ きゅうり・ねぎ	392	12.4	13.7	1.2
3月18日	麦ごはん カジキのオーロラソース きりこぶの煮物 味噌汁(小松菜・えのき)	和風トースト 牛乳 いりこ	米・麦・マヨドレ・砂糖・ 食パン・ごま	めかじき・きりこぶ・ちく わ・味噌・かつお粉・牛 乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン・ しいたけ・小松菜・えのき	437	19.7	12.2	2.6
3月19日	麦ごはん タンダーチキン 野菜の浅漬け きのこスープ	黒ごまクッキー いりこ	米・麦・カレーパウ・薄力 粉・ベーキングパウダー・ 砂糖・バター	鶏肉・ヨーグルト・いりこ	にんにく・しょうが・キャ ベツ・人参・きゅうり・か ぶ・しいたけ・えのき・し めじ	427	15.2	16.1	1.3
3月21日	ミートソースパゲティ ポテトグラタン バナナ	オレンジケーキ いりこ	スパゲティ・オリーブ油・ 薄力粉・じゃがいも・ホッ トケ-キミックス	豚ひき肉・ベーコン・チー ズ・生クリーム・いりこ	にんじん・玉ねぎ・トマ ト・玉ねぎ・オレンジ果汁	480	16.2	16.5	1.2
3月24日	麦ごはん きのこハンバーグ 小松菜のソテー 味噌汁(切り干し大根・ねぎ)	スイートポテト 牛乳 いりこ	米・麦・パン粉・砂糖・片 栗粉・さつま芋・バター	豚ひき肉・ベーコン・切り 干し大根・味噌・かつお 粉・牛乳・いりこ	玉ねぎ・えのき・しいた け・小松菜・人参・とうも ろこし・ねぎ	456	17.5	12.6	1.9
3月25日	豚天丼 胡麻サラダ バナナ	オレンジケーキ いりこ	米・麦・ごま・マヨドレ・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・砂糖・マーマレード ジャム・サラダ油	豚ひき肉・揚げ玉・のり・ いりこ	玉ねぎ・人参・ほうれん 草・レタス・きゅうり・バ ナナ	419	12.5	11.8	1
3月26日	麦ごはん 白身魚のマリネ 切り干し大根の煮物 味噌汁(南瓜・油揚げ)	りんご寒天 いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・佐藤	たら・切り干し大根・さつ ま揚げ・油揚げ・寒天・い りこ	玉ねぎ・人参・ピーマン・ しいたけ・さやえんどう・ 南瓜・リンゴ果汁・もも	362	14.6	6.5	1.3
3月27日	カレーライス ブロッコリーの納豆和え バナナ	コーントースト 牛乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・カ レールウ・食パン・マヨド レ	納豆・大豆・牛乳・いりこ	にんじん・玉ねぎ・にんに く・しょうが・ブロッコ リー・とうもろこし・パセ リ	488	17.2	15.2	2.2
3月28日	麦ごはん 酢豚 春雨ソテー 中華スープ	小豆ホットケーキ 牛乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ 片栗粉・ごま油・スキムミ ルク・ホットケ-キミックス	豚肉・春雨・わかめ・小 豆・牛乳・いりこ	ピーマン・にんじん・玉ね ぎ・しいたけ・パイナップ ル・レタス・とうもろこ し・もやし	429	15.1	9.5	1.2
3月31日	麦ごはん 鶏のから揚げ 野菜炒め いちご	人参蒸しパン 牛乳 いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・蒸しパンミックス	鶏肉・ウィンナー・牛乳・ いりこ	しょうが・にんにく・キャ ベツ・玉ねぎ・人参・ピー マン・いちご	407	15.5	17.6	0.8

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。





# 給食献立表

## 乳除去食



令和7年 3月

ベビーエンゼル保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
3月3日	鮭のチラシ寿司 菜の花の和え物 すまし汁 (鮓・えのき・チンゲン菜)	桜餅(2歳児) いちごホットケーキ 豆乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・ ごま・ごま油・ホットケ- キミックス・桜餅	鮓・海苔・ちくわ・鮓・か つお粉・いりこ・豆乳	にんにく・さやいんげん・ 菜の花・もやし・えのき・ チンゲン菜	395	17.9	7.3	0.9
3月4日	カレーライス きゃべつサラダ いちご	シナモンドーナツ 豆乳 いりこ	米・麦・ごま油・砂糖・シ ナモン・カレーパウ・ホッ トケ-キミックス	鶏ひき肉・豆乳・いりこ	ごぼう・れんこん・大根・ 人参・玉ねぎ・しょうが・ にんにく・キャベツ・小松 菜・とうもろこし・ごぼう	455	14.6	11.8	2.1
3月5日	麦ごはん さばの竜田揚げ 野菜の胡麻酢和え 味噌汁(生揚げ・白菜)	おせんべい いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・ごま・砂糖	鮓・鶏卵・ベーコン・味 噌・鰹粉・いりこ・おせん べい	キャベツ・人参・きゅう り・白菜	410	16.5	13.9	1.4
3月6日	麦ごはん 肉豆腐 ひじきサラダ 味噌汁(キャベツ・わかめ)	いちごクッキー 豆乳 いりこ	米・麦・砂糖・サラダ油・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・いちごジャム	豚肉・グリーンピース・しら たき・ひじき・わかめ・豆 乳・いりこ・味噌・かつお 粉	玉ねぎ・人参・きゃべつ・ ほうれん	450	16.4	14.7	1.4
3月7日	豚汁うどん 南瓜のそぼろ煮 バナナ	ゆかりおにぎり いりこ	うどん・サラダ油・砂糖・ 米	豚肉・ゆかり・いりこ・豆 腐	大根・人参・ごぼう・ね ぎ・南瓜・バナナ	429	17.9	9.6	1.4
3月10日	麦ごはん チキンのレモン風味焼き きゃべつサラダ 味噌汁(大根・油揚げ)	もちもちチーズパン いりこ	米・麦・ごま・砂糖・ごま 油・白玉粉・サラダ油	鶏もも肉・しらす・牛乳・ いりこ・油揚げ・味噌・か つお粉・チーズ	にんにく・キャベツ・粉ツ ナ・とうもろこし・ごぼ う・大根	448	18.8	15.3	1.2
3月11日	麦ごはん 生揚げとじゃが芋のそぼろ煮 三色和え きゃべつスープ	シュガー揚げパン いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ ごま・コッパン・グラ ニュー糖・じゃがいも	鶏ひき肉・ベーコン・生揚 げ・いりこ	じゃがいも・小松菜・もや し・にんにく・キャベツ・ 玉ねぎ	438	15.7	15.1	1.5
3月12日	麦ごはん 鮭のムニエル ほうれん草と白菜のサラダ 味噌汁(まいたけ・なめこ・ねぎ)	チーズ蒸しパン 豆乳 いりこ	米・麦・薄力粉・胡麻・サ ラダ油・ごま油・バター・ 蒸しパンミックス	鮓・しらす・かつお粉・味 噌・いりこ・チーズ・豆乳	ほうれん草・白菜・まいた け・なめこ・ねぎ	325	18.3	9.7	1.3
3月13日	麦ごはん れんこんハンバーグ 菜の花のしらす和え 味噌汁(豆腐・チンゲン菜)	きな粉マカロニ 豆乳 いりこ	米・麦・パン粉・砂糖・片 栗粉・きな粉・マカロニ	豚ひき肉・鶏卵・しらす・ 味噌・かつお粉・豆乳・い りこ・豆腐	玉ねぎ・れんこん・菜の 花・にんにく・チンゲン菜	424	20.4	12.8	1.3
3月14日	納豆チャーハン ささみと春雨の和え物 バナナ	マーブルケーキ いりこ	米・麦・サラダ油・春雨・ 薄力粉・ベーキングパウ ダー・砂糖・ココア・パ ター・マヨネーズ	納豆・鶏卵・鶏ささみ・い りこ	人参・ねぎ・きゅうり・バ ナナ	457	13.9	11.2	0.7
3月17日	麦ごはん 焼きコロッケ 春雨サラダ わかめスープ	いちご蒸しパン 豆乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・パ ター・パン粉・春雨・マヨ ネーズ・蒸しパンミッ ク・いちごジャム・ごま	豚ひき肉・チーズ・ハム・ わかめ・豆乳・いりこ	人参・玉ねぎ・パセリ・ きゅうり・ねぎ	392	12.4	13.7	1.2
3月18日	麦ごはん カジキのオーロラソース きりこぶの煮物 味噌汁(小松菜・えのき)	和風トースト 豆乳 いりこ	米・麦・マヨネーズ・砂 糖・食パン・ごま	めかじき・きりこぶ・ちく わ・味噌・かつお粉・豆 乳・いりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン・ しいたけ・小松菜・えのき	437	19.7	12.2	2.6
3月19日	麦ごはん タンドリーチキン 野菜の浅漬け きのこスープ	黒ごまクッキー いりこ	米・麦・カレーパウ・薄力 粉・ベーキングパウダー・ 砂糖・バター	鶏肉・ヨーグルト・鶏卵・ いりこ	にんにく・しょうが・キャ ベツ・人参・きゅうり・か ぶ・しいたけ・えのき・し めじ	427	15.2	16.1	1.3
3月21日	ミートソースパゲティ ポテトグラタン バナナ	オレンジケーキ いりこ	スパゲティ・オリーブ油・ 薄力粉・じゃがいも・ホッ トケ-キミックス	豚ひき肉・ベーコン・チー ズ・生クリーム・いりこ	にんにく・玉ねぎ・トマ ト・玉ねぎ・オレンジ果汁	480	16.2	16.5	1.2
3月24日	麦ごはん きのこハンバーグ 小松菜のソテー 味噌汁(切り干し大根・ねぎ)	スイートポテト 豆乳 いりこ	米・麦・パン粉・佐藤・片 栗粉・さつま芋・バター	豚ひき肉・鶏卵・ベー コン・切り干し大根・味噌・ かつお粉・豆乳・いりこ	玉ねぎ・えのき・しいた け・小松菜・人参・とうも ろこし・ねぎ	456	17.5	12.6	1.9
3月25日	豚玉天丼 胡麻サラダ バナナ	オレンジケーキ いりこ	米・麦・ごま・マヨネー ズ・薄力粉・ベーキングパ ウダー・砂糖・マーマレ ードジャム・サラダ油	豚ひき肉・鶏卵・揚げ玉・ のり・いりこ	玉ねぎ・人参・ほうれん 草・レタス・きゅうり・バ ナナ	419	12.5	11.8	1
3月26日	麦ごはん 白身魚のマリネ 切り干し大根の煮物 味噌汁(南瓜・油揚げ)	りんご寒天 いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・佐藤	たら・切り干し大根・さつ ま揚げ・油揚げ・寒天・い りこ	玉ねぎ・人参・ピーマン・ しいたけ・さやえんどう・ 南瓜・リンゴ果汁・もも	362	14.6	6.5	1.3
3月27日	カレーライス ブロッコリーの納豆和え バナナ	コーントースト 豆乳 いりこ	米・麦・じゃがいも・カ レールウ・食パン・マヨ ネーズ	納豆・大豆・豆乳・いりこ	にんにく・玉ねぎ・にんに く・しょうが・ブロッ コリー・とうもろこし・パセ リ	488	17.2	15.2	2.2
3月28日	麦ごはん 酢豚 春雨ソテー 中華スープ	小豆ホットケーキ 豆乳 いりこ	米・麦・サラダ油・砂糖・ 片栗粉・ごま油・スキムミ ルク・ホットケ-キミッ クス	豚肉・春雨・わかめ・小 豆・豆乳・いりこ	ピーマン・にんにく・玉ね ぎ・しいたけ・パイナップ ル・レタス・とうもろこ し・もやし	429	15.1	9.5	1.2
3月31日	麦ごはん 鶏のから揚げ 野菜炒め いちご	人参蒸しパン 豆乳 いりこ	米・麦・片栗粉・サラダ 油・蒸しパンミックス	鶏肉・ウインナー・豆乳・ いりこ	しょうが・にんにく・キャ ベツ・玉ねぎ・人参・ピー マン・いちご	407	15.5	17.6	0.8

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。

