平成３１年3月 よていこんだてひょう　日野市立保育園

日 (曜日)	1･2歳児 おやつ	昼　　食	おやつ	主な食品 赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を整える)
1 (金)	みかん ジュース	≪ひなまつり献立≫ 手巻きひなちらし　鶏肉のから揚げ 菜の花のごま和え　すまし汁 乳酸菌飲料	いちごのおから チーズケーキ	油揚げ、のり、鶏肉、かまぼこ、わかめ、乳酸菌飲料、牛乳、チーズ、おから	米、砂糖、かたくり粉、油、ごま	かんぴょう、しいたけ、人参、いんげん、コーン、しょうが、菜の花、もやし、しめじ、万能ねぎ、いちごパウダー
2 (土)		ツナ和風スパゲッティ ポテトコーンスープ フルーツミックス	菓　子	ツナ、牛乳	スパゲッティ、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参、えのき茸、ピーマン、黄桃缶、りんご缶、パイン缶、クリームコーン
4 (月)	ヨーグルト	麻婆豆腐丼　フルーツゼリー 油揚げとかぼちゃのみそ汁	サイダーポンチ	豆腐、豚肉、みそ、油揚げ、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、かたくり粉、トック、サイダー	人参、しいたけ、たけのこ、しょうが、かぼちゃ、ねぎ、えのき茸、万能ねぎ、グリンピース、フルーツゼリー、パイン缶、黄桃缶、りんご缶、いちご
5 (火)		ハニーコッペパン　ポークシチュー 大根とコーンのサラダ	洋風お好み焼き	豚肉、生クリーム、牛乳、干しエビ、チーズ、青のり、かつお節	パン、はちみつ、バター、じゃが芋、油、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ、砂糖	人参、玉ねぎ、トマト、グリンピース、コーン、きゅうり、大根、キャベツ
6 (水)		ビビンバ　ジャーマンポテト 春雨スープ	果　物 菓　子	豚肉、ベーコン、牛乳	米、もち米、砂糖、油、ごま油、じゃが芋、春雨	コーン、人参、青菜、玉ねぎ、にら、もやし、ぽんかん
7 (木)	ぶどう ジュース	親子丼　土佐和え ふとわかめのみそ汁	りんごの蒸しパン	鶏肉、たまご、かつお節、わかめ、みそ、牛乳	胚芽米、砂糖、ふ、小麦粉、バター	人参、玉ねぎ。たけのこ、いんげん、小松菜、ねぎ、キャベツ、りんご缶
8 (金)		肉みそスパゲッティ　フルーツミックス かぶのスープ	いももち	豚肉、みそ、牛乳、スキムミルク	スパゲッティ、油、砂糖、かたくり粉、じゃが芋、バター	人参、玉ねぎ、もやし、しょうが、ねぎ、黄桃缶、りんご缶、パイン缶、かぶ
9 (土)		焼きそばの野菜あんかけ 中華スープ　フルーツ缶	菓　子	豚肉、牛乳	中華麺、油、かたくり粉、ごま油	キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし、にら、チンゲン菜、ねぎ、コーン、黄桃缶
11 (月)	フルーツ ゼリー	胚芽ごはん　昆布の佃煮 家常豆腐　白菜のみそ汁	スコーン ブルーベリー ジャム添え	昆布、生揚げ、豚肉、みそ、牛乳	胚芽米、砂糖、ごま油、かたくり粉、小麦粉、油、ブルーベリージャム、バター	たけのこ、人参、しいたけ、ねぎ、しょうが、白菜、いんげん
12 (火)		≪卒園お祝い献立≫ 雑穀ごはん　鮭の黄金焼き 煮しめ　紅白すまし汁	飲む ヨーグルト　ちくわドッグ	鮭、チーズ、昆布、豆腐、飲むヨーグルト、竹輪、青のり、牛乳	米、もち米、麦、あわ、きび、黒米、さといも、砂糖、こんにゃく、油、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ	人参、しいたけ、いんげん、コーン、水菜
13 (水)		人参ロールパン　白菜のシチュー 野菜のカレーマリネ	果　物 菓　子	鶏肉、牛乳、豆乳	パン、じゃが芋、油、バター、小麦粉、砂糖	人参、玉ねぎ、白菜、キャベツ、セロリ、きゅうり、いちご
14 (木)		中華おこわ きゅうりと大根の華風漬け　なめこ汁	いちごジャム ソフトパン	豚肉、油揚げ、豆腐、みそ、牛乳	米、もち米、ごま油、砂糖、パン	しいたけ、人参、たけのこ、しょうが、きゅうり、大根、ねぎ、なめこ
15 (金)	いちご 豆乳	ごぼうのドライカレー ピーチサラダ　ジュリエンヌスープ	いちごクッキー	豚肉、ベーコン、牛乳	米、バター、油、小麦粉、砂糖	人参、玉ねぎ、ごぼう、ピーマン、レーズン、大根、きゅうり、黄桃缶、コーン、キャベツ、いちごパウダー
16 (土)		肉うどん 里芋の煮物　牛乳	菓　子	豚肉、牛乳	うどん、砂糖、さといも	人参、玉ねぎ、しいたけ、青菜

のマークは牛乳です。　　行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。

１日の平均栄養摂取量　　エネルギー 596kcal　　たんぱく質 21.0g　　脂肪 16.2g　　塩分 2.5g

平成３１年３月　よていこんだてひょう

日野市立保育園

日（曜日）	1･2歳児おやつ	昼食	おやつ	主な食品 赤色の食品（血や肉になる）	黄色の食品（熱や力になる）	緑色の食品（からだの調子を整える）
18（月）	フルーツゼリー	≪食育の日献立≫ 海鮮ちらし寿司 キャベツのさっぱり和え 玉ねぎのみそ汁	ほうれん草のケーキ	えび、いか、ツナ、みそ、牛乳、スキムミルク	米、砂糖、油、小麦粉、バター	人参、しいたけ、いんげん、かんぴょう、キャベツ、もやし、玉ねぎ、えのき茸、ほうれん草
19（火）		米粉ロールパン　かぼちゃのグラッセ マカロニのクリーム煮　春雨スープ	果物 菓子	鶏肉、牛乳、スキムミルク	パン、マカロニ、油、バター、小麦粉、砂糖、春雨	玉ねぎ、人参、しめじ、かぼちゃ、コーン、チンゲン菜、いちご
20（水）	みかんジュース	ごはん　のりの佃煮 豆腐とツナの卵焼き　野菜炒め 大根のみそ汁	ココア米粉蒸しパン	のり、たまご、ツナ、豆腐、みそ、牛乳	米、砂糖、油、米粉、ココア	人参、玉ねぎ、ピーマン、もやし、キャベツ、大根、青菜
22（金）		大根カレーライス パインサラダ　わかめスープ	さつまいものミルクかりんとう	豚肉、わかめ、牛乳、スキムミルク	胚芽米、油、バター、小麦粉、さつま芋、砂糖	大根、玉ねぎ、コーン、マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、パイン缶、人参
23（土）		スパゲッティミートソース 野菜スープ　フルーツ缶	菓子	豚肉、牛乳	スパゲッティ、油、小麦粉、じゃが芋	玉ねぎ、人参、ピーマン、マッシュルーム、りんご缶チンゲン菜、黄桃缶
25（月）	ヨーグルト	ゆかりごはん　肉じゃが キャベツのみそ汁	ぶどうゼリー 菓子	豚肉、みそ、牛乳、寒天	米、じゃが芋、油、こんにゃく、砂糖	ゆかり、人参、玉ねぎ、グリンピース、もやし、キャベツ、ねぎ、ぶどうジュース
26（火）		パンプキンロールパン 豆腐と鶏肉のトマト煮　粉ふき芋 青菜のスープ	和風雑炊	鶏肉、豆腐、生クリーム、牛乳、しらす干し	パン、油、バター、小麦粉、じゃが芋、米	玉ねぎ、人参、トマト、青菜、えのき茸、ねぎ、大根、しいたけ
27（水）		わかめごはん　かじき鮪の照り焼き ブロッコリーソテー　かぶのみそ汁	りんごのコンポート 菓子	わかめ、めかじき、みそ、牛乳	米、油、ノンエッグマヨネーズ	しょうが、ブロッコリー、人参、コーン、かぶ、えのき茸、りんご缶
28（木）	ぶどうジュース	人参ごはん　和風ハンバーグ コロコロサラダ　もずくスープ	フルーツポンチ	鶏肉、ひじき、豆腐、もずく、牛乳	米、油、かたくり粉、砂糖、ふ、サイダー	人参、玉ねぎ、大根、きゅうり、パイン缶、黄桃缶、りんご缶、みかんジュース
29（金）		焼肉丼　土佐和え 豆腐のみそ汁	みそラーメン	豚肉、かつお節、豆腐、わかめ、みそ、牛乳	米、油、かたくり粉、中華麺、ごま油	しょうが、玉ねぎ、人参、ピーマン、赤ピーマン、青菜、キャベツ、ねぎ、コーン、もやし
30（土）		チャーハン　中華スープ ヨーグルト	菓子	豚肉、ヨーグルト、牛乳	米、油、ごま油	人参、ねぎ、コーン、グリンピース、しいたけ、チンゲン菜

✿✿✿今月の行事食✿✿✿

１日（金）ひなまつり献立
１２日（火）卒園お祝い献立
１８日（月）食育の日献立
上記のほかに、各園でお別れ会食会があります。献立が変更になりますので、園のお知らせをご確認ください。

１年をふりかえって・・・

苦手な食べ物も頑張って食べられるようになりましたか？食事のマナーは身に付きましたか？楽しく食べることができましたか？この１年で体も心も大きくなった子どもたちです。

１年間、保育園給食にご理解ご協力いただきありがとうございました。

のマークは牛乳です。　　行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。