






日付	1日(水)		2日(木)		3日(金)					
献立	<p>たいようぐみリクエストメニュー</p> <p>今月のメニューは、たいようぐみ全員から「もう一度食べたい給食メニュー」を聞き、献立に入れました。あさひ保育所での最後の給食をおいしく食べてもらいたいです。一年間、どうもありがとうございました。</p> <p>*都合により献立を変更させて頂く場合があります。 *★印は手作りおやつの日です。</p> 		<p>ごはん 筑前煮 (人参 ごぼう れんこん 鶏肉 葱 こんにゃく 干しシイタケ) みかんサラダ (マカロニ きゅうり みかん缶 卵なしハム) みそ汁 煮干し (鰯置 わかめ お豆腐) 以上児555Kcal 蛋白質19.6g 脂質16.8g 炭水化物74.2g 食塩2.5g</p>		<p>ごはん 鮭の西京焼き (鮭) ひじきの含め煮 (ひじき 人参 ごぼう 舞茸 干し椎茸) 舞茸のすまし汁 (舞茸 大根 お豆腐) 以上児458Kcal 蛋白質25.5g 脂質11.3g 炭水化物61.9g 食塩2.1g</p>		<p>三色カップ寿司(未満児はませごはん) (ごはん 鮭 卵 人参 青のり わかめ きぬさや) 若鶏のから揚げ (鶏もも肉 ニンニク 生薬 片栗粉) 人参のごまみそ和え (人参 もやし きゅうり 白すりごま) すまし汁(手まり酢 黒の花) 以上児540Kcal 蛋白質19.3g 脂質19.6g 炭水化物71.1g 食塩2.3g</p>			
朝のめやつ	マンナビスケット 牛乳		りんご 牛乳		塩せんべい 牛乳					
3時のめやつ	★アップルパイ 牛乳		★メロンパン 牛乳		ひなあられ ほうれん草と白ぶどうのジュース					
日付	6日(月)		7日(火)		8日(水)					
献立	<p>ごはん 1位 パインミルクハンバーグ (合いびき肉 たまねぎ パインナップル缶 スキムミルク ケチャップ) 粉ふきいも (じゃが芋 青のり) ブロッコリーのスープ (ブロッコリー ウインナー 冷凍コーン) 以上児648Kcal 蛋白質16.6g 脂質23.9g 炭水化物91.2g 食塩1.7g</p>		<p>手作りお弁当の日</p> 		<p>ちっちゃいロールパン 2位マカロニグラタン (鶏肉 マカロニ 玉ねぎ ほうれん草 牛乳 小豆粉 パター とうけるチーズ パン粉) 小松菜のおかか和え (小松菜 人参 もやし かつお節) きのこのスープ (しめじ えのき 鰯置) 以上児705Kcal 蛋白質26.1g 脂質19.0g 炭水化物105.4g 食塩3.6g</p>		<p>五目ラーメン (中華麺 白菜 人参 水餃子 豚肉 かまぼこ エビ) 蒸ししゅうまい (冷凍しゅうまい) きゅうりのゆかり和え (きゅうり ゆかり) みかん 以上児823Kcal 蛋白質33.2g 脂質32.5g 炭水化物95.8g 食塩2.2g</p>		<p>キンパ(未満児は三食弁) (ごはん 豚肉 ほうれん草 人参 たくあん のり ごま) スパゲッティサラダ (スパゲッティ 人参 きゅうり ハム マヨネーズ) 文化麩のみそ汁 (文化麩 しめじ お豆腐) ゼリー 以上児568Kcal 蛋白質22.0g 脂質11.3g 炭水化物92.6g 食塩2.2g</p>	
朝のめやつ	マンナビスケット 牛乳		塩せんべい		いちご 牛乳					
3時のめやつ	★アップルパイ チーズ		カルシウムせんべい		★きつねおむすび					
朝のめやつ	マンナビスケット 牛乳		塩せんべい		いちご 牛乳					
3時のめやつ	★アップルパイ チーズ		カルシウムせんべい		★きつねおむすび					
日付	13日(月)		14日(火)		15日(水)					
献立	<p>ごはん 若鶏のレモン煮 (鶏もも肉 レモン) ほうれん草のお浸し (ほうれん草 切り干し大根 人参 かつお節) なめこのみそ汁 (なめこ 鰯置 お豆腐) 以上児577Kcal 蛋白質23.2g 脂質18.0g 炭水化物77.6g 食塩2.5g</p>		<p>わかめごはん 菜の花コロッケ (じゃがいも 菜の花 玉ねぎ 豚ひき肉 パン粉) 切り干し大根の含め煮 (切り干し大根 人参 うすあげ 干しシイタケ) ほうれん草のみそ汁 (ほうれん草 白玉鮭 人参) 以上児526Kcal 蛋白質18.5g 脂質18.8g 炭水化物68.0g 食塩2.1g</p>		<p>ごはん 豚肉のおろし煮 (豚肉 大根 人参 白菜 ごぼう しめじ 干しシイタケ) わかめとちくわの酢の物 (わかめ 卵なしちくわ きゅうり もやし 白いりごま) 豆腐のすまし汁 (たけのこ 鰯置 お豆腐) 以上児599Kcal 蛋白質17.7g 脂質25.7g 炭水化物73.7g 食塩2.3g</p>		<p>3位 カレーライス (ごはん 豚肉 人参 じゃが芋 たまねぎ カレールー 牛乳) ゆでたまご コールスローサラダ (キャベツ きゅうり もやし ツナ コーン 青じそドレッシング) 福神漬け  以上児574Kcal 蛋白質20.2g 脂質17.5g 炭水化物83.6g 食塩1.1g</p>		<p>コッペパン 焼きそば (焼きそば 卵 キャベツ 人参 豚肉 もやし ビーマン 青のり かつお節) パンパンジーサラダ (焼きそば もやし コーン きゅうり ごまドレッシング) にら玉汁 (鰯置 たまご にら) 以上児670Kcal 蛋白質24.3g 脂質25.4g 炭水化物82.7g 食塩1.9g</p>	
朝のめやつ	マンナビスケット 牛乳		バナナ 牛乳		りんご 牛乳					
3時のめやつ	★アップルパイ チーズ		★アップルパイ チーズ		★アップルパイ チーズ					
日付	20日(月)		21日(火)		22日(水)					
献立	<p>ごはん 鶏のごまみそ焼き (鶏 生薬 白ごま こしみそ) 白菜のおかか和え (白菜 もやし 人参 卵なしちくわ かつお節) 豚汁 (ごぼう 人参 大根 豚肉 えのき うすあげ さつまいも お豆腐) 以上児494Kcal 蛋白質24.1g 脂質13.5g 炭水化物67.5g 食塩1.8g</p>		<p>春分の日 (お休み)</p>		<p>ごはん 酢鶏 (鶏肉 じゃが芋 人参 れんこん 干し椎茸 ビーマン 玉ねぎ ケチャップ) 海藻めんのサラダ (海藻めん きゅうり 卵なしハム コーン 青じそドレッシング) かまぼこのすまし汁 (卵なしかまぼこ 大根 お豆腐) 以上児340Kcal 蛋白質14.7g 脂質6.5g 炭水化物55.9g 食塩2.9g</p>		<p>きのこの炊き込みごはん (ごはん まいたけ 鶏肉 舞茸 人参 ごぼう) さつまいもと大豆の甘辛揚げ キャベツの和風サラダ (キャベツ みかん缶 きゅうり) えのきのすまし汁 (人参 鰯置 三つ葉 えのき) 以上児567Kcal 蛋白質19.7g 脂質15.8g 炭水化物85.7g 食塩3.5g</p>		<p>ごはん けんちん揚げの照り煮 (豚ひき肉 たまねぎ ひじき 木綿豆腐 卵 人参) マカロニのサラダ (マカロニ きゅうり 人参 コーン 卵なしハム 卵なしマヨネーズ) さつまいのみそ汁 (さつまいも たまねぎ お豆腐) 以上児526Kcal 蛋白質17.9g 脂質16.2g 炭水化物74.1g 食塩1.3g</p>	
朝のめやつ	バナナ 牛乳		バナナ 牛乳		りんご 牛乳					
3時のめやつ	★アップルパイ チーズ		★アップルパイ チーズ		★アップルパイ チーズ					
日付	27日(月)		28日(火)		29日(水)～31日(金)					
献立	<p>ごはん 鶏手羽元のオレンジ煮 (鶏手羽元 オレンジジュース) わかめの酢の物 (わかめ もやし コーン きゅうり 白いりごま) 小松菜のすまし汁 (小松菜 えのき 人参) 以上児314Kcal 蛋白質16.4g 脂質6.2g 炭水化物46.5g 食塩1.8g</p>		<p>ごはん 春巻き (冷凍春巻き) 切り干し大根のサラダ (切り干し大根 きゅうり 卵なしハム コーン 卵なしマヨネーズ) 肉団子のスープ (鶏ひき肉 玉ねぎ 生薬 人参 テンゲン菜 えのき お豆腐) 以上児595Kcal 蛋白質16.7g 脂質26.7g 炭水化物89.7g 食塩1.8g</p>		<p>29日(水)～31日(金)は希望保育です。 給食は4月4日からになります。</p>					
朝のめやつ	★アップルパイ チーズ		★アップルパイ チーズ							
3時のめやつ	★アップルパイ チーズ		★アップルパイ チーズ							