



平成29年度 3月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	上段 下段	乳児 幼児	
			赤	緑	黄				
			血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの				
1 木	○	麦ご飯 ミニゼリー さばの塩焼き フロッコリー 大豆の磯煮 みそ汁	さば 大豆 ひじき 油揚げ わかめ みそ	フロッコリー 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 油 砂糖	麦茶 クリームパン	545 574	25.9 27.5	
2 金	カルピス	食パン いちごのゼリー コロケ フロッコリー フレンチサラダ コーン豆乳スープ	ロースハム 豆乳	玉ねぎ フロッコリー キャベツ きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ	食パン じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 米粉のケーキ	545 594	20.1 20.9	
3 土	○	カレーライス 枝豆 小魚 果物	豚もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん 枝豆	米 じゃがいも カレールウ	麦茶 せんべい	535 550	20.9 20.9	
5 月	○	麦ご飯 果物 から揚げ ツナ海藻サラダ みそ汁	鶏もも肉 ツナ わかめ みそ	フロッコリー きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ	米 押麦 片栗粉 油 ごま油 砂糖	麦茶 焼き芋	501 546	20.1 21.2	
6 火	○	うどん 竹輪の磯辺揚げ 金時煮豆 果物	鶏もも肉 油揚げ ちくわ のり 金時豆	人参 しいたけ ねぎ フロッコリー	うどん 砂糖 小麦粉 油 砂糖	麦茶 肉まん	522 572	23.8 25.8	
7 水	○	キッズピビンバ 焼きポテト 果物 かみかみ昆布 中華スープ	豚ひき肉 鶏ひき肉 昆布 ベーコン	もやし 人参 ほうれん草 果物 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	米 押麦 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 サンドパン	527 591	20.8 22.3	
8 木	○	食パン 果物 マカロニグラタン コーンサラダ トマトスープ	鶏もも肉 チーズ 牛乳 ベーコン	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん きゅうり キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ 人参 トマト	食パン マカロニ 油 小麦粉 パン粉 油 砂糖 麺	麦茶 おにぎり	519 567	20.4 21.4	
9 金	×	お別れ遠足 お弁当の日					オレンジジュース せんべい		
10 土	○	焼きそば ウィンナー 果物 コンソメスープ	豚もも肉	キャベツ 人参 もやし ビーマン ウィンナー 果物 玉ねぎ 人参 キャベツ	中華蒸し麺 ごま油	麦茶 せんべい	501 533	16.4 16.5	
12 月	○	マーボー豆腐丼 青菜のごま和え 果物 野菜スープ	豚ひき肉	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ 青菜 人参 キャベツ 果物 たけのこ 人参 チンゲン菜 しいたけ	米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま 砂糖	麦茶 ふわっとふー	523 551	20.6 21.4	
13 火	○	フィッシュバーガー マカロニサラダ 果物 わかめのスープ	さわら ロースハム	キャベツ きゅうり 人参 コーン 果物 もやし 人参 えのき	パン マヨネーズ 小麦粉 パン粉 油 マカロニ マヨネーズ 片栗粉	麦茶 みたらし団子	499 531	18.8 19.4	
14 水	○	カレーライス パンサンデー チーズ ゼリー	豚もも肉 ロースハム チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん きゅうり 人参	米 押麦 カレールウ 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 シリアルバー	570 584	21.0 20.8	
15 木	○	スパゲティミートソース コールスローサラダ 果物 野菜スープ	豚ひき肉 ベーコン	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース きゅうり キャベツ 人参 コーン 果物 玉ねぎ 人参 もやし	スパゲティ 油 砂糖 油 砂糖	麦茶 ラスク	555 594	20.7 21.7	
16 金	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーメレード焼き ポテトサラダ みそ汁	鶏もも肉 ツナ 豆腐 油揚げ みそ	フロッコリー きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ	米 押麦 マーメレード じゃがいも マヨネーズ	麦茶 あんまん	526 577	23.2 25.0	
17 土	○	チキンライス ウィンナー 枝豆 果物 コンソメスープ	鶏もも肉 ウィンナー	玉ねぎ 人参 ビーマン 枝豆 果物 玉ねぎ もやし 人参 たけのこ しめじ	米 油	麦茶 源氏パイ	510 522	18.7 18.9	
19 月	○	麦ご飯 果物 さんまのごま照り焼き 中華春雨サラダ みそ汁	さんま ロースハム わかめ みそ	果物 フロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 プリン	503 610	20.5 24.6	
20 火	○	麦ご飯 果物 鶏肉のハーベキューソース焼き チーズサラダ 野菜スープ	鶏もも肉 チーズ	果物 りんご レモン きゅうり 人参 キャベツ 白菜 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 おはぎ (きな粉)	502 526	21.0 21.8	
22 木	○	麦ご飯 果物 鮭のコーンマヨネーズ焼き 切干大根煮 みそ汁	鮭 チーズ 油揚げ みそ	果物 コーン フロッコリー 切干大根 人参 いんげん もやし ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 油 砂糖	麦茶 たご焼き	516 542	26.3 27.8	
23 金	○	ラーメン 焼きポテト 枝豆 果物	豚ひき肉 みそ	玉ねぎ 白菜 もやし 人参 枝豆 果物	中華生麺 ごま油 じゃがいも	麦茶 おにぎり	521 571	21.8 23.2	
24 土	○	中華丼 小魚 果物 中華スープ	豚もも肉 なんと いわし	白菜 人参 たけのこ しいたけ 果物 玉ねぎ もやし しめじ 人参	ごま油 片栗粉	麦茶 ビスコ	496 541	19.8 20.4	
26 月	○	麦ご飯 果物 めかじきの香味焼き キャベツの塩昆布和え けんちん汁	めかじき 塩昆布 豆腐	フロッコリー キャベツ 人参 大根 人参 玉ねぎ ごぼう 果物	米 押麦 砂糖 ごま 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 マフィン	512 545	24.1 26.0	
27 火	○	麦ご飯 果物 ハンバーグ フレンチサラダ 白菜スープ	豚ひき肉 豆腐 ベーコン	玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり キャベツ 人参 コーン 白菜 人参	米 押麦 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 ゼリー	503 535	20.5 21.2	
28 水	○	麦ご飯 果物 魚のオーロラソース焼き ひじき煮 みそ汁	カラスカレイ ひじき 油揚げ	果物 フロッコリー 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 クッキー	524 580	21.0 24.1	
29 木	○	麦ご飯 果物 タンダーチキン 大根サラダ コーンスープ	鶏もも肉 ヨーグルト ツナ みそ	果物 フロッコリー 大根 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ チンゲン菜	米 押麦 油 マヨネーズ 片栗粉	麦茶 ポップコーン	515 563	21.5 22.9	
30 金	○	麦ご飯 果物 さばのみそ煮 もやしのナムル すまし汁	さば みそ ロースハム 豆腐 わかめ	果物 もやし 人参 たまねぎ	米 押麦 ごま油 砂糖	麦茶 いちごパイ	485 539	20.9 22.4	
31 土	○	ハヤシライス 焼きポテト 小魚 果物	豚もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 いんげん 果物	米 ハヤシルウ じゃがいも	麦茶 かし	539 554	19.9 19.6	



※屋の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。

※ 栄養価は、お昼とおやつの合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。

※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

※教育部の給食提供は15日までです。



1日分平均値	乳児	幼児
脂質	17.3	17
塩分	1.8	2.1