

					_							西原白百合保育園				
令	116左 1 回题		H +/m	※午前おやつ(1~2)(1~5歳児) おもな食材(食	1	П	頭		EB #/m	I	-	おもな食材(食	_ 栄養士 照屋恵美 ・□ \	
日	曜日	朝お やつ	果物 緑	昼 食	赤(血や肉になるもの)			日	曜日	朝お やつ	果物 緑	昼 食	赤(血や肉になるもの)	のもは 及 が (及 黄(熱やカになるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	Ш		オレンジ	ひなまつりちらし寿司 唐揚げチキン 豆腐のすまし汁		リメニュー 会	れんこん 椎茸 人参 絹さや		븬		バナナ	焼きそば	豚肉	中華麺	(体調を全えるもの) 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ	
			午後おやつ		卵 ツナ缶	白米		1 1			4	胡瓜の和え物	ツナ缶	十半処	胡瓜 人参	
		里			鶏肉	山水				お		大根のみそ汁	- УУШ		大根ねぎ	
	金	黒棒			絹豆腐			16	븨	菓 子		7(120)07 (7)			7 (IX 10C	
				チーズクラッカー	113—153	クラッカー		1		7	午後	タンナファクルー		タンナファクルー		
				カルピス		カルピス					おやつ	チーズ 牛乳	チーズ 牛乳			
			バナナ	ジューシー	ツナ缶 ひじき	白米	人参 にら				オレンジ		合挽 チーズ	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス トマト	
		お	<u> </u>	春雨サラダ	ハム	春雨	胡瓜					ポテトフライ		フライドポテト		
2	土	菓		鶏汁	鶏肉	こんにゃく	大根 人参 ねぎ	18	刖	黒 棒		アーサ汁	アーサ		ネギ	
		子	- 44	動物ビスケット						竹半		ゴマサンド		食パン ごま		
			午後 おやつ	リーズン 牛乳	牛乳	ヒスケット	レーズン				午後 おやつ	4乳	 牛乳	良ハン こま		
			りんご	チキンカレー	<u> </u>	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 グリンピース	7	\dashv		バナナ	ご飯	一七	白米		
			6	大根サラダ	ツナ缶	H (大根 胡瓜 コーン			世	<u> </u>	魚のオランダ揚げ	白身魚	てんぷら粉	玉ねぎ 人参 パセリ ブロッコリー	
1		果汁		卵ス一プ	卵 卵 牛乳		ねぎ 19	10	,,,	6		ブロッコリーサラダ			ブロッコリー コーン トマト	
4	月	汁				ケーキMIX 砂糖		19	겍	L∷⊨		ワカメのみそ汁	ワカメ		えのき ねぎ	
			午後	ホットケーキ							午後	アガラサー	牛乳	強力粉 黒糖 油		
			おやつ	牛乳	牛乳						おやつ	牛乳	牛乳	. L (m → . 18		
	火		オレンジ		Д+	白米	1 -1				パイン	三枚肉そば	三枚肉 かまぼこ	沖縄そば	ネギ	
		ヤク		鮭の西京焼き クーブイリチー	<u></u> 展布 ベーコン	こんにゃく	トマト 人参 にら			ヤク	*	ほうれん草の白和え 金時豆の甘煮	不稀豆腐 ツア古	金時豆 黒糖 砂糖	ほうれん草 人参	
5		ソル		ゆし豆腐	ゆし豆腐	2701247	ねぎ 21	21	木	クル	»×	並时立の日息		亚时立 羔棉 砂棉		
		۲	午後	くずもち	きなこ	芋くず 黒糖 砂糖				۲	午後	ジューシーおにぎり	ひじき ツナ缶	白米	人参 にら	
L		L	おやつ	4乳	牛乳						おやつ	小魚	小魚			
	水	グ	バナナ	肉うどん	豚肉	うどん	長ネギ 玉ねぎ				みかん缶	フィッシュバーガー	白身魚 卵	パン マヨネーズ 小麦粉	玉ねぎ コーン	
		レー	<u> </u>	胡瓜の和え物	ツナ缶 ワカメ ちくわ		胡瓜			\ \ \ \	(8)	野菜サラダ		マヨネーズ	レタス 胡瓜 トマト	
6		プ		ちくわの磯部揚げ		てんぷら粉		22	金	ねり		オニオンスープ			玉ねぎ 人参 パセリ	
		ゼ		2+ ±\1- ±*[]		4 V			_	揚			- F			
		IJ	午後 おやつ	鮭おにぎり 牛乳	<u></u> 生乳	白米		1		げ	午後 おやつ	ヨーグルトあえ ビスケット	ヨーグルト	ビスケット	バナナ パイン缶	
\vdash		チ	りんご	ご飯	十孔	白米		\vdash	-	-	30 1 2	レスグット		レスグット		
	木	3	'''	ユーリンチー	鶏肉	L/V	長ネギ			お菓子	3					
١,		コウ		小松菜の和え物	ちくわ		小松菜 人参	0.0	ᆈ			🔹 🏶 🐫 🎳 🌣 卒園式(お弁当) 🌷 🗣 📌 💺				
'		エハ		かき玉汁	卵		ねぎ 23	23	ᅱ							
		- 1	午後	ジャムパン		食パン バター ジャム										
		ス	おやつ	牛乳	牛乳			\sqcup					74.1. 79	7 -10		
			ピーチ缶		人格 師	白米	てんざ 1 条 ピース・				オレンジ		鶏肉 卵	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン	
	 	は		ミートボール かみかみあえ	合挽 卵 サキイカ		玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 人参 胡瓜 大根 ねぎ	1		Ħ		大根と胡瓜のサラダ もずくスープ	ハム もずく		大根 胡瓜 長ネギ	
8	金	ちゃ	午後	大根のみそ汁	油揚げ			25	月	果汁		0917	791		及かて	
		棒		小倉ケーキ	牛乳 卵 小倉あん	ケーキMIX 砂糖 バター		1			午後	アメリカンドック	ウインナー 卵 牛乳	ケーキMIX		
			おやつ	牛乳	牛乳						おやつ	牛乳	牛乳			
			バナナ	小松菜チャーハン	ウインナー	白米	小松菜 コーン			オ	パイン	もちきびご飯		もちきび 白米		
		お		サラダ	ツナ缶		胡瓜 トマト 白菜 ねぎ レーズン			レン	1	チキンのマーマレード焼き	鶏肉	マーマレードジャム	ブロッコリー	
9	土	お菓子		白菜のみそ汁	厚揚げ	コーンフレーク		26	火	ジ	>×	きんぴらごぼう	ちきあぎ		ごぼう 人参 小松菜	
		子		コーンフレーク						ゼ	午後 おやつ	<u>白菜のみそ汁</u> チョコチップ蒸しパン	卵 牛乳	バター 砂糖 ケーキMIX チョコ	白菜 しめじ	
			午後 おやつ	ーコークフレーク 牛乳	牛乳	コーフフレーフ	レースン			IJ		牛乳	上	バッー 砂糖 ケーキMIX チョコ		
\vdash	月		りんご	もずく丼ぶり	もずく 豚ミンチ 卵 チーズ ゆし豆腐	白米マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン			チ	バナナ	ミートスパゲティ	合挽	スパゲティ	玉ねぎ 人参 コーン ピーマン	
		Ξ-	6	南瓜サラダ			南瓜 レーズン			3	<u> </u>	フレンチサラダ			白菜 水菜 りんご 人参	
111		」 グ		ゆし豆腐			ねぎ	27	ᅰ	コウ		ワカメスープ	ワカメ		玉ねぎ	
Ι''		ル						[[]	(۱۱	エハ						
		7	午後 おやつ	サーターアンダギー		砂糖 小麦粉 BP				l ス	午後 おやつ	みそおにぎり	ツナ缶	白米		
\vdash	\vdash		オレンジ	<u>牛乳</u> ご飯	牛乳	白米		\vdash	\dashv		りんご	生乳 雑穀米ご飯	牛乳	白米 雑穀米		
12	火	ク		揚げ魚のソースあえ	白身魚	日本					900	推叙不こ 助 鮭のオーロラソース焼	 鮭	マヨネーズ	トマト	
		ラ		ワカメと胡瓜の酢の物	ワカメ シラス		胡瓜			ビ		肉じゃが	豚肉		玉ねぎ 人参 グリンピース	
		ッカ		ソーメン汁	7737 7 771	ソーメン	ネギ 2	28	不	スコ		白菜のみそ汁	ני קויפעו	0 (10) 0 3 / 10 0	白菜 人参 ねぎ	
		7	午後	ちんすこう		ちんすこう				_	午後	バナナケーキ	牛乳 卵	ケーキMIX 砂糖 バター	バナナ	
			おやつ	りんご 牛乳	牛乳		りんご				おやつ	牛乳	牛乳			
		٠.	バナナ	麦ご飯		白米 押し麦										
		かり		はんぺんチーズフライ	卵 はんぺん	小麦粉 パン粉	トマト						3月			
13	水	'n		ひじき炒め すまし汁 プリン	びじき 豚肉 大豆 プリン	クラッカー	大根 ほ う れん草									
		とう	午後				八瓜はりれん早	1								
		7	午後 おやつ	クラッカー					_				JA			
		R				, , , , ,		1		ing.	* +				Ö: 🗻	
	木	1		a 🗰 🌽 😘	お別れバイ=	キング	- A		• •							
14		۲		20 - 40 - W			**		1		3	<u>Į</u>	***************************************			
'¯		リン										-		•	T WAY	
		ンク	午後 おやつ	バースディケーキ							*	食材の都合により献	ぶあります 。			
\vdash	\vdash		りんご	野菜ジュース ふりかけご飯		白米 ふりかけ	野菜ジュース						ユーは除去または代替え食で対応いたします。			
1	ı		3/0	豚肉の南部揚げ	豚肉 卵	小麦粉	トマト	※ 20日(火)は春分の日でお休みです。 ※ 食材の都会により献立を変更する事があります。								

ほうれん草 人参 もやし なめこ ねぎ

小麦粉

マシュマロ オートミール

コーンフレーク バター

豚肉 卵

絹豆腐 ココア

牛乳

小魚

15 金

豚肉の南部揚げ

からい用品物が ナムル なめこ汁 ココアマシュマロおこし

牛乳



- ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。※ アレ水ギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。※ 20日(火)は春分の日でお休みです。※ 食材の都合により献立を変更する事があります。