



日曜	献立	材料名
3月	軟飯～ご飯 野菜ラーメン 納豆みそ バナナ	米 中華めん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、水 納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁 バナナ
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
4火	軟飯～ご飯 鶏肉と春雨の煮物 みそ汁	米 鶏肉、はるさめ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、だし汁、みそ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
5水	軟飯～ご飯 ひじき入りハンバーグ 粉ふき芋 オニオンスープ	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ひじき、片栗粉、米粉、塩、油、ケチャップ じゃがいも、あおりの、塩 たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
6木	軟飯～ご飯 さわらのマヨネーズ焼き 切り干しサラダ すまし汁	米 さわら、塩、マヨネーズ、油 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ハム、酢、しょうゆ、油、砂糖 たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	わかめおにぎり	米、炊き込みわかめ
7金	軟飯～ご飯 高野豆腐の中華風炒め煮 きゅうりとツナのサラダ オレンジ	米 凍り豆腐、豚肉、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、ごま油、中華だしの素、砂糖、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、酢、砂糖、しょうゆ オレンジ
	牛乳（ミルク） ミートサンド	食パン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ソース、砂糖、片栗粉
10月	軟飯～ご飯 茹で豚のごまだれ ミネストローネ バナナ	米 豚肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ、酢、油 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、トマトジュース、水、洋風だしの素、パセリ粉 バナナ
	おかかおにぎり	米、しょうゆ、ごま、かつお節
11火	軟飯～ご飯 新じゃがの炒め煮 ちりめん和え オレンジ	米 牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、しょうゆ、砂糖、だし汁 こまつな、キャベツ、にんじん、しらす干し、しょうゆ オレンジ
	牛乳（ミルク） おからのパンケーキ	おから、米粉、きな粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、油
12水	軟飯～ご飯 はまちと野菜煮 豆腐のすまし汁	米 はまち、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、塩こんぶ、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、麩、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
13木	軟飯～ご飯 ビビンバ風あんかけ 春雨スープ	米 豚ひき肉、ごま油、こまつな、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 はるさめ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しいたけ、ねぎ、水、中華だしの素
	牛乳（ミルク） かぼちゃのソフトクッキー	かぼちゃ、砂糖、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー
14金	軟飯～ご飯 ポークビーンズ きゃべつの磯和え オレンジ	米 豚肉、大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、洋風だしの素、塩、水、パセリ粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、炊き込みわかめ、だし汁 オレンジ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
17月	カレーライス レモンサラダ バナナ	米、鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、油、カレー粉、中華だしの素、ケチャップ、しょうゆ、水、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、酢、砂糖 バナナ
	牛乳（ミルク） パインゼリー	パイナップルジュース、砂糖、かんてん、ゼラチン、水
18火	軟飯～ご飯 ツナとキャベツのサラダ すまし汁	米 ツナ缶、キャベツ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、酢 たまねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
	炊き込みおにぎり	米、鶏ひき肉、にんじん、ごぼう、しいたけ、しょうゆ、酒
19水	軟飯～ご飯 ひじきのさらさ炒め 春雨サラダ オレンジ	米 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、砂糖、しょうゆ ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 オレンジ
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
20木	軟飯～ご飯 鶏肉のみそ煮 ミントマト フライドポテト たたききゅうり	米 鶏肉、だし汁、みそ、砂糖、片栗粉 ミントマト じゃがいも、油 きゅうり、ごま油、しょうゆ
	バナナ豆乳クリーム	豆乳、砂糖、米粉、バナナ、レーズン
21金	軟飯～ご飯 魚と野菜煮 わかめスープ	米 さわら、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 わかめ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、しいたけ、中華だしの素、水
	牛乳（ミルク） ふのラスク	麩、油、砂糖
24月	軟飯～ご飯 冷やしきつねうどん ささみのサラダ バナナ	米 うどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ、みりん ささ身、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢 バナナ
	牛乳（ミルク） 豆腐のパンケーキ	豆腐、米粉、豆乳、ベーキングパウダー、砂糖、油
25火	軟飯～ご飯 さわらのキャロット焼き ゆかりあえ じゃがいものみそ汁	米 さわら、油、にんじん、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ふりかけ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
	牛乳（ミルク） いちごジャムサンド	食パン、いちごジャム
26水	軟飯～ご飯 ミートスパゲティ 野菜スープ バナナ	米 スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、油、ケチャップ、洋風だしの素、水、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ粉、洋風だしの素、水 バナナ
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
27木	軟飯～ご飯 とびうおバーグ 中華スープ	米 とびうお、キャベツ、にんじん、しょうゆ、米粉、油 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、中華だしの素、水
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
28金	軟飯～ご飯 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 拌三条 オレンジ	米 生揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ビーフン、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 オレンジ
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい

※ 午前間の食時間には牛乳（ミルク）を飲みます。  
 ※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。  
 ※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

**歯みがきはしていますか？**

歯みがきは、お子さんを大人のひざの上に仰向けに寝かせ、毛先の軟らかい歯ブラシで、楽しみを作りながら、優しく磨いてあげましょう。