

日曜	献立名	献立材料名			おやつ	
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	午後	材料名
1水	春野菜ピラフ キャベツのスープ フルーツポンチ	オリーブ油 米	ウィンナー (無着色)	コーン缶 玉ねぎ グリーンアスパラ エリンギ ピーマン キャベツ 人参 ねぎ みかん缶 りんご バナナ	牛乳 新じゃがのコンソメポテト	牛乳(飲料用) じゃが芋 油 コンソメ
2木	メカジキの甘酢炒め 大根の中華スープ ごはん	片栗粉 三温糖 油 さつまい 米	メカジキ	おろししょうが 人参 玉ねぎ チンゲン菜 えのき草 乾燥わかめ 大根	牛乳 ココアクランチ	牛乳(飲料用) マシュマロ ボン菓子 米油 純ココア
3金	和風ツナパスタ パリパリチーズサラダ ロールパン	スパゲッティ 油 マヨドレ バターロールパン	ツナ缶 ピザ用チーズ	玉ねぎ キャベツ しめじ きゅうり コーン缶 レタス 人参	牛乳 わかめおにぎり	牛乳(飲料用) 米 いりごま わかめふりかけ おにぎり用のり
4土	ガバオ風ライス 豆腐とニラのスープ	三温糖 米	豚挽肉 豆腐	玉ねぎ パプリカ 人参 にら チンゲン菜	牛乳 ヨーグルト	牛乳(飲料用) ヨーグルト
5日						
6月	塩マーボー豆腐 ちくわの磯辺揚げ 白菜のみそ汁 ごはん	油 三温糖 片栗粉 ごま油 小麦粉 米	豆腐 豚挽肉 焼ちくわ 赤みそ	玉ねぎ 人参 おろししょうが しめじ あおさ粉 えのき草 あさつき 白菜	牛乳 人参スティック	牛乳(飲料用) 小麦粉 人参 米油 片栗粉 塩
7火	ミネストローネ ツナポテトサラダ 豆乳ロールパン	オリーブ油 マカロニ 三温糖 じゃが芋 マヨドレ 豆乳ロールパン	ウィンナー (無着色) ツナ缶	セロリ 玉ねぎ しめじ おろしにんにく トマト缶 人参 プロッコリー	牛乳 あげの混ぜ寿司	牛乳(飲料用) 米 米酢 塩 油揚 しょうゆ みりん 三温糖 桜でんぶ
8水	鱈の竜田揚げ ほうれん草のさっぱりあえ 豆腐のみそ汁 ごはん	片栗粉 油 三温糖 米	さわら 合わせ味噌 豆腐	おろししょうが ほうれん草 もやし 人参 キャベツ 乾燥わかめ 小松菜	牛乳 イースターゼリー	牛乳(飲料用) 食パン グラニュー糖 100%オリエンジューズ 100%りんごジュース 粉糖天 クラッカー
9木	チャブチェ えのきのスープ ごはん	春雨 ごま油 米	豚肉 (もも)	玉ねぎ 人参 人参 おろしにんにく エリンギ 白菜 もやし えのき草 あさつき	牛乳 ごまラスク	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖 すりごま
10金	鶏そぼろとひじきのまぜごはん チンゲン菜のソテー 南瓜のみそ汁	米 三温糖 油	鶏ももひき肉 ウィンナー (無着色) 白みそ	人参 ひじき 小松菜 キャベツ チンゲン菜 もやし 玉ねぎ しめじ 南瓜	牛乳 フォカッチャ	牛乳(飲料用) 強力粉 三温糖 塩 ドライイースト オリーブ油
11土	焼うどん わかめスープ	茹でうどん	豚肉 (もも) 花かつお 豆腐	キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ 乾燥わかめ 小松菜	菓子 ヨーグルト	菓子 ヨーグルト
12日						
13月	春キャベツの豚つくね 小松菜の海苔サラダ 豆乳みそ汁 ごはん	片栗粉 三温糖 しらたき 米	豆腐 豚挽肉 合わせ味噌 無調製豆乳	キャベツ 小松菜 もやし きゅうり 刻みのみり 玉ねぎ 人参	牛乳 いちご大福風蒸しパン	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 無調製豆乳 小豆 いちご
14火	鶏の照り焼き 人参のごまみそあえ 縮さやのすまし汁 ごはん	三温糖 すりごま マヨドレ 小玉麩 米	鶏もも肉 合わせ味噌 豆腐	玉ねぎ おろしにんにく 人参 もやし キャベツ さやえんどう	牛乳 手作り干し芋	牛乳(飲料用) さつまい 芋
15水	和風ツナパスタ パリパリチーズサラダ ミルクロールパン	スパゲッティ 油 マヨドレ ミルクロールパン	ツナ缶 ピザ用チーズ	玉ねぎ キャベツ しめじ きゅうり コーン缶 レタス 人参	牛乳 わかめおにぎり	牛乳(飲料用) 米 いりごま わかめふりかけ おにぎり用のり
16木	メカジキの甘酢炒め 大根の中華スープ ごはん	片栗粉 三温糖 油 さつまい 米	メカジキ	おろししょうが 人参 玉ねぎ チンゲン菜 えのき草 乾燥わかめ 大根	牛乳 お好み麩	牛乳(飲料用) 文化麩 マヨドレ 花かつお あおさ粉 ソース
17金	焼きビーフン 小松菜のみそ汁 ごはん	ビーフン 油 米	豚肉 (もも)	人参 もやし 玉ねぎ キャベツ 大根 えのき草 小松菜	牛乳 ココアフレンチトースト	牛乳(飲料用) グラニュー糖 純ココア 食パン 牛乳
18土	ガバオ風ライス 豆腐とニラのスープ	三温糖 米	豚挽肉 豆腐	玉ねぎ パプリカ 人参 にら チンゲン菜	菓子 ヨーグルト	菓子 ヨーグルト
19日						
20月	塩マーボー豆腐 ちくわの磯辺揚げ 白菜のみそ汁 ごはん	油 三温糖 片栗粉 ごま油 小麦粉 米	豆腐 豚挽肉 焼ちくわ 赤みそ	玉ねぎ 人参 おろししょうが しめじ あおさ粉 えのき草 あさつき 白菜	牛乳 人参スティック	牛乳(飲料用) 小麦粉 人参 米油 片栗粉 塩
21火	ミネストローネ ツナポテトサラダ 豆乳ロールパン	オリーブ油 マカロニ 三温糖 じゃが芋 マヨドレ 豆乳ロールパン	ウィンナー (無着色) ツナ缶	セロリ 玉ねぎ しめじ おろしにんにく トマト缶 人参 プロッコリー	牛乳 あげの混ぜ寿司	牛乳(飲料用) 米 米酢 塩 油揚 しょうゆ みりん 三温糖 桜でんぶ
22水	鱈の竜田揚げ ほうれん草のさっぱりあえ 豆腐のみそ汁 ごはん	片栗粉 油 三温糖 米	さわら 合わせ味噌 豆腐	おろししょうが ほうれん草 もやし 人参 キャベツ 乾燥わかめ 小松菜	牛乳 みかんゼリー	牛乳(飲料用) アガー グラニュー糖 100%オリエンジューズ みかん缶 クラッカー
23木	チャブチェ えのきのスープ ごはん	春雨 ごま油 米	豚肉 (もも)	玉ねぎ 人参 人参 おろしにんにく エリンギ 白菜 もやし えのき草 あさつき	牛乳 ごまラスク	牛乳(飲料用) 食パン バター グラニュー糖 すりごま
24金	春野菜ピラフ キャベツのスープ フルーツポンチ	オリーブ油 米	ウィンナー (無着色)	コーン缶 玉ねぎ グリーンアスパラ エリンギ ピーマン キャベツ 人参 ねぎ みかん缶 りんご バナナ	牛乳 新じゃがのコンソメポテト	牛乳(飲料用) じゃが芋 油 コンソメ
25土	焼うどん わかめスープ	茹でうどん	豚肉 (もも) 花かつお 豆腐	キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ 乾燥わかめ 小松菜	焼きおにぎり	米 しょうゆ みりん
26日						
27月	春キャベツの豚つくね 小松菜の海苔サラダ 豆乳みそ汁 ごはん	片栗粉 三温糖 しらたき 米	豆腐 豚挽肉 合わせ味噌 無調製豆乳	キャベツ 小松菜 もやし きゅうり 刻みのみり 玉ねぎ 人参	牛乳 あずき蒸しパン	牛乳(飲料用) 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 水 無調製豆乳 小豆
28火	鶏の照り焼き 人参のごまみそあえ 縮さやのすまし汁 ごはん	三温糖 すりごま マヨドレ 小玉麩 米	鶏もも肉 合わせ味噌 豆腐	玉ねぎ おろしにんにく 人参 もやし キャベツ さやえんどう	牛乳 手作り干し芋	牛乳(飲料用) さつまい 芋
29水						
30木	十勝豚丼 ひじきの和風コールドソー カレースープ	三温糖 米 オリーブ油 じゃが芋	豚肉 (もも) 豚肉肩ロース 豚バラ肉	おろしにんにく あさつき ひじき キャベツ コーン缶 玉ねぎ 人参	牛乳 みそラーメン	牛乳(飲料用) 中華麺(乾) 豚肉(もも) コーン缶 おろしにんにく ごま油 しょうゆ 合わせ味噌 すりごま 人参 キャベツ

*都合により献立が変更になる場合があります。
 *ノア・ミカ・マリヤ組は上記の他に午前の補食があります。
 *8日は「イースター」のゼリーです。10日はイタリア「フォカッチャ」です。30日は「北海道」の郷土料理です。