



日	曜日	こんだてめい			しょくひんのはたらき				えいようか エネルギー たんぱく質 しょくえん そうとうりょう
		ごはん・パン・めん	のみもの	おかず	【き】	【あか】	【みどり】		
					エネルギーになる	ちやにくになる	からだのちょうしをととのえる		
					いろのこいやさい	そのほか			
2	月	カレーピラフ	チーズサラダ ABCスープ	こめ バター あぶら ABCマカロニ さとう	ぶたにく ウィンナー ぎゅうにゅう ベーコン プロセスチーズ	にんじん ビーマン パセリ	たまねぎ にんにく マッシュルーム きゅうり もやし キャベツ パイン とうもろこし	447 17.0 1.9	
3	火	ひな祭り給食 ちらしずし	ジョア★ ほたてのこうそうやき すましじる さくらもち	こめ さとう あぶら いりごま バター パンこ やきふ	たまご ほたて わかめ あぶらあげ とりにく ジョア ほたて はんぺん	にんじん みつば さやえんどう	かんぴょう だいこん ほししいたけ	541 21.8 1.8	
4	水	おたのしみえんそく							
5	木	シーフード スパゲティ	アーモンドサラダ ガルバンゾーのスープ	ハーフスパゲティ オリーブあぶら アーモンド あぶら じゃがいも	むきえび ひよこまめ あさり いか みそ パルメザンチーズ ほたて ぎゅうにゅう ウィンナー	にんじん パセリ トマト	たまねぎ しめじ にんにく しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし パイン	510 18.7 1.8	
6	金	ココアあげパン ★♥	きゅうりとすりぼしだいこんのピリからあえ ワンタンスープ いちご	ツイストパン あぶら さとう アーモンド ごまあぶら ウエーブワンタン	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん にら	きゅうり もやし すりぼしだいこん しょうが はくさい たまねぎ ねぎ いちご	544 26.4 1.6	
9	月	まめまめごはん	さばのみりんやき たぬきじる いちご	こめ ごまあぶら いりごま	ぎゅうにゅう ぶり さつまあげ あぶらあげ かつおぶし	にんじん	えだまめ ごぼう だいこん ねぎ えのき こんにやく いちご	519 26.4 1.6	
10	火	わかめごはん	とりにくのピリからやき わふうサラダ ほたてのスープ	こめ さとう あぶら いりごま かたくりこ	ぎゅうにゅう とりにく みそ ほたて わかめ たまご	にんじん チンゲンサイ	しょうが にんにく キャベツ きゅうり だいこん もやし きくらげ	442 20.3 1.5	
11	水	くろパン ホイップ ハニーソフト	きのこのストロガノフ わかめサラダ	くろパン じゃがいも ホイップハニーソフト バター さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく パルメザンチーズ なまクリーム わかめ いか	にんじん トマト グリーンピース	たまねぎ にんにく しょうが エリンギ マッシュルーム しめじ りんご キャベツ きゅうり レモン	495 18.5 2.0	
12	木	みそラーメン	シュウマイ★ アンニンドウフ♥	ちゅうかめん あぶら	なると やきぶた みそ かつおぶし ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	メンマ もやし ねぎ とうもろこし みかん パイン バナナ フルーツミックス	550 22.4 1.9	
13	金	むぎごはん	さけのしおやき クープイリチー だいこんのみそじる いちご	こめ むぎ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう さけ なまあげ ぶたにく あぶらあげ みそ きざみこんぶ	にんじん	にんにく しょうが だいこん ねぎ いちご	485 23.5 1.4	
16	月	ポークカレー ★♥	いかくんサラダ (かんきつるい)	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	ぶたにく いかくんせい パルメザンチーズ ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが りんご きゅうり かぶ セロリ	559 19.6 2.2	
17	火	むぎごはん	ぶたにくとまめのあまずあえ かにたまじる でこぼん	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたい かに たまご	にんじん ビーマン	しょうが たまねぎ たけのこ しめじ パイン デコポン	502 22.0 1.9	
18	水	せきはん ごましお	ぶりのてりやき ほうれんそうのいそあえ すましじる セレクトケーキ(チョコかいちご)	こめ もちごめ くろごま さとう やきふ ケーキ(チョコかいちご)	ささげ ぎゅうにゅう ぶり やきのり うずらのたまご かつおぶし	にんじん ほうれんそう	キャベツ きゅうり	566 27.9 2.0	
19	木	たんしゆくほいく (※ 給食はありません)							
20	金	しゅんぶんの日							
23	月	そつえんしき・しゅうりょうしき							

<p>今月の給食目標 1年間の給食をふり返ろう!</p>	<p>今月の平均 エネルギー: 521kcal たんぱく質: 22.2g 食塩相当量: 1.9g</p>	<p>幼児1人1回あたりの平均栄養所要量の基準 ・エネルギー 490kcal ・たんぱく質 18g (13~20%) ・食塩相当量 1.5g未満</p>
<p>3月分は2月分とまとめて3月2日(月)に引き落とされています。</p>		<p>★マークはふじ組、♥マークはゆり組のリクエスト給食です。 ・材料等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。</p>
<p>お知らせ</p> <ul style="list-style-type: none"> 3日(火) ひな祭り給食 4日(水) 思い出遠足 19日(木) 短縮保育(給食はありません) 20日(金) 春分の日 23日(月) 卒園式・修了式 	<p>毎月19日は 家族でいただきますの日 家族で食卓を囲んでいますか? 食卓は豊かな心と体を大きくみず ~ぐんまの食育~</p>	