



曜	献立名	主 な 材 料		
		血や肉になる	働く力になる	体の調子を整える
4 火	ごはん いんげんのソテー かぼちゃの甘煮	ハムエッグフライ 焼きさつま揚げ フルーツ缶詰(パイン)	ハムエッグフライ さつま揚げ 砂糖	ごはん 油 いんげん たまねぎ かぼちゃ パイン 缶
5 水	ごはん 中華炒め がんもどきの煮物	魚の西京焼き 竹輪の磯辺揚げ チーズ	さわら みそ 魚肉ソーセージ ちくわ磯辺天ぷら がんもどき プロセスチーズ	ごはん 油 砂糖 チンゲン菜 人参
7 金	ごはん ほうれん草のソテー フルーツ缶詰(みかん)	鶏肉のグリル 洋風煮	ロースカットチキン プレスハム ウインナー	ごはん 油 ほうれん草 キャベツ たまねぎ 人参 みかん 缶
11 火	カレーライス プチゼリー	メンチカツ	豚小間 メンチカツ 水稲めし 七分つき米 じゃがいも	人参 たまねぎ <small>オニオンステーキ ダイス</small> 油 カレールウ プチゼリー コーン。
12 水	《おわかれ給食バイキング》			

地域ごとに特色のある「ひな菓子」

ひなあられ以外に京都は「引千切」長崎の「桃カステラ」など伝統があるようです。ひなあられは桃、緑、黄、白の4色で、桃は「春の桜」、緑は「夏の新緑」、黄は「秋の紅葉」、白は「冬の雪」をイメージし、四季を表しているといわれています。「女の子が1年間、健康で過ごせますように」という願いが込められています。

ご卒園おめでとうございます♪

今月の献立は卒園する園児を中心にリクエストを多く取り入れました。

栄養成分 (1カ月平均)	
エネルギー	382 kcal
タンパク質	11.8 g
脂質	10.7 g
炭水化物	59.5 g
塩分	1.0 g

