



早寝・早起き・朝ごはん

多治見市教育委員会事務局食育推進課 Tel.29-1662

食育センター 29-1663 昭和調理場 22-6111 養正調理場 28-1590 北栄調理場 27-8400

滝呂小学校 22-0657 池田小学校 22-0883 笠原中学校 43-4165



給食から、どんなことを学びましたか？



給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？

今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。

あなたの食生活はどうですか？

振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

朝ごはんを毎日欠かさず食べている

食事の前に手をきれいに洗っている

正しい姿勢で、よくかんで食べている

苦手な食べ物にも挑戦している

おやつは時間と量を決めて食べるようにしている

おはしを上手に使うことができる

食べたら歯を磨いている

おうちで食事のお手伝いをしている

家族や仲間と食事を楽しんでいる

◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆

米・米粉 パンやめんどの材料や料理で使う小麦粉 大豆・豆腐 豚肉 里芋 トマト・トマトジュース 牛乳 だいこん こまつな きゅうり しょうが 白かぶ

たじっこ給食のお米・トマトは多治見市産です

◆今月の魚◆

<切り身の魚>
10日(月)さわら

<丸ごと食べる魚>
5日(水)味付け小魚

トマトの生産者さん取材しました！



たじっこ給食の日

3月の給食では、多治見市で生産されたトマトを使用する予定です。トマトの生産者さんを訪問し、おいしいトマトを育てるための工夫や苦労についてお話を伺いました。



トマトは土の入ったポットで育てています。日光がよく当たるように余分な葉をとったり、茎がよく伸びるように、わき芽をとったりして手入れをします。



水やりや施肥(肥料)は機械が行ってくれますが、トマトの様子をみながら、どれくらいの量にするかの調整が必要のため、毎日研究しながら量を決めています。

一般的にトマトは青いうちに収穫して市場に出荷しますが、岩原農園では赤くなって完全熟の状態に収穫するため、みずみずしくて甘味やうま味の強いトマトを味わうことができます。



たじっこ給食(トマト)の日
献立:『鶏肉のたじみトマトソース』
食育センター・養正調理場 3月5日(水)
昭和調理場・北栄調理場・滝呂小・池田小 3月7日(金)



農家さんからのメッセージ

おいしく食べてくれると
うれしいです。

「おうちで作ってみよう」おすすめ給食レシピ

ピザトースト

- 【材料】 5人分
- ★玉ねぎ 1/3個
 - ★ベーコン 3~4枚
 - ★ピーマン 1個
 - ★マッシュルーム水煮 40g
 - ★トマト水煮 40g
 - ★ケチャップ 大さじ2
 - ★チリソース 小さじ1.5
 - ★ウスターソース 小さじ2
 - ★ピザ用チーズ 100g
 - ★食パン 5枚
 - ★炒め油、塩コショウ 適量

- 《下準備》
玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム水煮は薄切りにする。ベーコンは1cm幅に切っておく。◎の調味料は合わせておく。
- 《作り方》
①フライパンに油をひき、玉ねぎを炒めたらマッシュルームを加える。火が通ったら、調味料を入れて2~3分煮込む。塩コショウで味を調える。
②食パンに①のソースを塗り、ピザ用チーズ、ベーコン、ピーマンをのせる。
③オーブンでチーズが溶けるまで焼いたら出来上がり。

チリソースがない場合は、ケチャップを増やしてください。ピザソースは多めに作って冷凍しておくこともできます。具は家庭にあるものや、お好みで変えていただいても作れます。



学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により一部助成を受けています。岐阜県・市町村・JA中央会が、学校で使用する県内産の米・パン・食糧用の小麦粉・大豆・野菜などを対象に購入経費の一部を助成する事業です。

令和7年3月

ようちえん もりつけず

昭和調理場

月	火	水	木	金
<p>3 チンゲンサイのサラダ</p> <p>チョコタフィ</p> <p>カレーシチュー(じよきよよく)</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>4 とうふハンバーグ</p> <p>ひなあられ</p> <p>なのはなのおひたし</p> <p>わかめじる</p> <p>〔主食〕 ごもくちらし(きざみのり)</p>	<p>5 こざかなのごまがらめ</p> <p>はるさめのあえもの</p> <p>あつあげとさといものそばろに</p> <p>〔主食〕 ゆかりごはん</p>	<p>6 えびのてんぷら</p> <p>こまつなのいためもの</p> <p>かきたまじる(じよきよよく)</p> <p>〔主食〕 むぎごはん(ひじきのつくだに)</p>	<p>7 レタスとさつまいものサラダ</p> <p>とりにくのたじみトマトソース(たれべつづけ)</p> <p>▲パンクンスープ(ノンミルク)</p> <p>〔主食〕 くらしよくパン</p>
<p>10 さわらのしおこうじやき</p> <p>ブロッコリーのおかかあえ</p> <p>さわにわん</p> <p>〔主食〕 むぎごはん(あじつけのり)</p>	<p>11 ふたにくのおろしかけ(たれべつづけ)</p> <p>とりにくとれんこんのいために</p> <p>しろみそじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>12 にんじんサラダ</p> <p>いかのからあげ</p> <p>ちゅうかに</p> <p>〔主食〕 もちげんまいごはん</p>	<p>13 ▲かきあげ(ノンエッグ)</p> <p>つぼづけあえ</p> <p>ぶたじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>14</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>デコボン</p> <p>とりにくのスープに</p> <p>〔主食〕 ピザトースト</p>
<p>17 てづくりチーズいりコロッケ(たれべつづけ)</p> <p>きんぴら</p> <p>なめこのみそじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>18 ちくわのカレーあげ</p> <p>ひじきのいために</p> <p>のっぺいじる</p> <p>〔主食〕 たじっこごはん</p>	<p>19 ★ ナムル</p> <p>かんこくふうやきにく</p> <p>にらのスープ</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>20</p> <p>しゅんぶん ひ</p> <p>春分の日</p>	
<p>21 ほうれんそうのサラダ</p> <p>ウインナーのてっばんやき</p> <p>おいわいゼリー</p> <p>▲ミートスパゲッティ(ノンミルク)</p> <p>〔主食〕 こがたくろコッパパン</p>				

令和7年3月予定献立表

昭和調理場 北栄北陵調理場 池田小学校 笠原中学校

日 曜 日	献立名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)					
				血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
	しゅしよく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
3月 3日	カレーライス (むぎごはん・ カレシチュー)	チョコタフィ	チンゲンサイのサラダ	豚肉 大豆(小中) ※大豆水煮(幼)	※牛乳 ※チーズ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ にんにく しょうが きゅうり だいこん	※麦ごはん じゃがいも ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※青じそドレ
4日 火	ごもちらし (きざみのり)	とうふハンバーグ	なのはなのおひたし わかめじる ひなあられ(幼小) からすみ(中)	鶏肉 ※豆腐ハンバーグ ※かまぼこ ※あまり冷凍	※牛乳 ※わかめ ※だしこんぶ ※一食きざみのり	にんじん なばな	干し椎茸スライス れんこん ごぼう ※紅しょうが しょうが だいこん はくさい 根深ねぎ キャベツ ※冷凍コーン	米 ※上白糖 ※でん粉 ※からすみ(中) ※ひなあられ(幼小)	※なたね油
5日 水	ゆかりごはん	こざかなのごまがらめ	あつあげとさといものそぼろに はるさめのあえもの	※冷凍厚揚げ 鶏肉 ※フレック節	※牛乳 ※味付け小魚	にんじん ※冷凍さやいんげん ほうれんそう	しょうが はくさい	米 麦 ※つきこんにやく 里芋 ※上白糖 ※春雨	※なたね油 ※白ごま ※和風ドレ
6日 木	むぎごはん(幼小) (ひじきのつくだに(幼小)) あずきごはん(中) (ごましお(中))	えびのてんぷら	こまつなのいためもの かきたまじる おいわいデザート(中)	※あずき水煮(中) ※えび ※オイルツナ ※梅形かまぼこ ※冷凍液卵 ※フレック節	※牛乳 ※ひじきの佃煮(幼小)	こまつな みつば	もやし たまねぎ 干し椎茸スライス ※たけのこ水煮	※麦ごはん(幼小) 米(中) ※小麦粉 ※上白糖 ※でん粉 ※お祝いデザート(中)	※なたね油 ※ごま塩(中)
7日 金	くろしよパン	とりにくのたじみ トマトソース	レタスとさつまいものサラダ ▲パンブキンスープ(ノンミルク)	鶏肉 ※豆乳	※牛乳	姫町のトマトジュース トマト にんじん かぼちゃペースト かぼちゃ パセリ	にんにく レタス たまねぎ	※黒食パン ※上白糖 ※でん粉 さつまいも ※上新粉	※なたね油 ※ノンエッグマヨネーズ
10日 月	むぎごはん (あじつけのり)	さわらのしおこうじやき	ブロッコリーのおかかあえ さわにわん	※さわら ※かつお削り節 ※糸かまぼこ	※牛乳 ※糸こんぶ ※だしこんぶ ※味付けのり	ブロッコリー	しょうが きゅうり ※冷凍コーン ごぼう だいこん 干し椎茸スライス 根深ねぎ	※麦ごはん ※塩こうじ ※上白糖	※なたね油
11日 火	むぎごはん	ぶたにくのおろしかけ	とりにくとれんこんのいために しろみそする	豚肉 鶏肉 ※油揚げ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん	しょうが だいこん れんこん えのきたけ たまねぎ 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも	※なたね油
12日 水	もちげんまいごはん	いかのからあげ	ちゅうかに にんじんサラダ	※いか短冊 ※なると 豚肉	※牛乳	チンゲンサイ にんじん パセリ	しょうが にんにく たまねぎ もやし はくさい ※たけのこ水煮 干切きくらげ	米 もち玄米 ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖	※なたね油 ※ごま油 ※棒々鶏ドレ
13日 木	むぎごはん	▲かきあげ(ノンエッグ)	つぼづけあえ ぶたじる	※大豆水煮 ※半月スライスちくわ 豚肉 ※赤みそ	※牛乳 ※くわかめ ※煮干し	かぼちゃ にんじん	たまねぎ だいこん きゅうり ※つぼ漬け はくさい ごぼう 根深ねぎ	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖 里芋 ※板こんにやく	※なたね油
14日 金	ピザトースト	とりにくのスープに	イタリアンサラダ デコボン	※ベーコン 鶏肉 ※金時豆	※牛乳 ※チーズ	ピーマン ※カットトマト にんじん かぶの葉 みずな	たまねぎ ※マッシュルーム水煮 白からん キャベツ だいこん ※デコボン	※食パン じゃがいも	※なたね油 ※イタリアンドレ
17日 月	むぎごはん	てづくり チーズいりコロッケ	きんぴら なめこのみそする	牛肉 ※冷凍角切り豆腐 ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※チーズ ※脱脂粉乳 ※煮干し	にんじん ※冷凍さやいんげん	たまねぎ ごぼう なめこ はくさい 根深ねぎ	※麦ごはん じゃがいも ※小麦粉 ※パン粉 ※でん粉 ※上白糖 ※糸こんにやく	※なたね油
18日 火	たじっこごはん	ちくわのカレーあげ	ひじきのいために のっぺいじる	※焼き竹輪 ※オイルツナ 鶏肉 ※フレック節	※牛乳 ※ひじき	※冷凍さやいんげん にんじん	※冷凍コーン ごぼう だいこん 根深ねぎ	米 ※小麦粉 ※上白糖 里芋 ※でん粉	※なたね油
19日 水	むぎごはん	かんこくふうやきにく	ナムル にらのスープ おいものだいふく(中)	豚肉 ※ほぐしきさみ	※牛乳 ※わかめ	みずな なら	しょうが にんにく 根深ねぎ だいこん 大豆やし キャベツ ※たけのこ水煮	米 麦 ※上白糖 ※お芋の太福(中)	※なたね油 ※ごま油
21日 金	▲ミートスパゲッティ (ノンミルク) こがたくろコッペパン	ウインナーの てっばんやき	ほうれんそうのサラダ おいわいゼリー(幼)	豚肉 牛肉 ※粒状大豆 ※ウインナー	※牛乳	にんじん ※トマトピューレー ※カットトマト ほうれんそう	たまねぎ エリンギ しょうが にんにく れんこん	※小型コッペパン ※スパゲッティ ※上新粉 ※上白糖 ※お祝いゼリー(幼)	※なたね油 ※豆乳クリームバター ※玉ねぎドレ
24日 月	あずきごはん(幼小) (ごましお(幼小)) むぎごはん(中) (わかめふりかけ(中))	あげどうふの あまみそかけ	ブロッコリーのあえもの はなふのすましじる おいわいデザート(小)	※あずき水煮(幼小) ※揚げ出し豆腐 ※赤みそ 鶏肉	※牛乳 ※だしこんぶ ※わかめふりかけ(中)	ブロッコリー にんじん みつば	キャベツ たまねぎ えのきたけ	米(幼小) ※麦ごはん(中) ※上白糖 ※でん粉 ※型抜きふ ※お祝いデザート(小)	※なたね油 ※ごま塩(幼小)
25日 火	オムライス (トマトピラフ・うすやきたまご・きのこソース)	ごぼうのサラダ ミートボールのポトフ	※うすやきたまご ※ベーコン ※ミートボール ※ひよこ豆	※牛乳	※ドライミックストマトピラフ ※トマトピューレー パプリカ赤	まいたけ しめじ はくさい たまねぎ カリフラワー ごぼう レタス	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも	※なたね油 ※ごまドレ	

この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。

幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

≪2025年3月分 学校給食 献立及び材料表≫

(幼稚園) 昭和調理場

(単位:グラム)

日	3月3日月	3月4日火	3月5日水	3月6日木	3月7日金	3月10日月	3月11日火
献立及び材料 (幼稚園)	むぎごはん	ごもくちらし	ゆかりごはん	むぎごはん(幼小)	くろしよくパン	むぎごはん	むぎごはん
	※麦ごはん 60.5	米 56	米 54	※麦ごはん 60.5	※黒食パン 40	※麦ごはん 60.5	※麦ごはん 60.5
	牛乳	※上白糖 0.91	麦 6	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	※牛乳 185	※米酢 5.6	※酒 0.67	※牛乳 185	※牛乳 185	※牛乳 185	※牛乳 185
	カレーシチュー	※酢 0.07	※食塩 0.21	えびのてんぷら	とりにくのたじみトマトソース	さわらのしおごうじやき	ぶたにくのおろしかけ
	じゃがいも 28	※食塩 0.11	※ゆかり粉 0.5	※えび 25	鶏肉 35	※さわら 40	豚肉 31.5
	たまねぎ 35	干し椎茸スライス 0.21	牛乳	※酒 1.4	塩コショウ 0.07	しょうが 0.35	しょうが 0.35
	にんじん 14	れんこん 5.6	※牛乳 185	※食塩 0.14	※白ワイン 1.4	※塩こうじ 2.8	※しょうゆ 0.35
	豚肉 10.5	ごぼう 5.6	あつあげとさといものそぼろに	※小麦粉 5.6	にんにく 0.21	※酒 1.4	※酒 1.4
	※なたね油 0.35	にんじん 3.5	※冷凍厚揚げ 24.5	※なたね油 3.5	※なたね油 0.7	※みりん 0.7	※なたね油 0.7
	にんにく 0.35	鶏肉 5.6	※つきこんにやく 14	こまつなのいためもの	たれべつづけ	※なたね油 0.35	たれべつづけ
	しょうが 0.7	※紅しょうが 0.35	里芋 24.5	こまつな 16.1	姫町のトマトジュース 7	フロッコリーのおかかあえ	だいこん 12.6
	※小麦粉 3.5	しょうゆ 2.8	にんじん 14	もやし 14	トマト 3.5	フロッコリー 17.5	※しょうゆ 1.4
	※有塩バター 3.5	※上白糖 0.7	鶏肉 10.5	※オイルツナ 4.9	※ウスターソース 0.21	きゅうり 7	※みりん 0.7
	※カレー粉 0.35	※酒 1.4	しょうが 0.35	※なたね油 0.7	※ケチャップ 2.8	※冷凍コーン 5.6	※上白糖 0.04
	※チーズ 1.4	牛乳	※冷凍さやいんげん 3.5	※液体かつおだし 0.21	※上白糖 0.07	※みりん 0.35	※液体かつおだし 0.21
	※洋風スープの素 0.7	※牛乳 185	※フレーク節 1.05	※しょうゆ 0.84	※バジル 0.01	※上白糖 0.21	※でん粉 0.14
	※しょうゆ 2.1	とうふハンバーグ	※みりん 0.7	※上白糖 0.14	塩コショウ 0.04	※しょうゆ 1.05	水 3.5
	※ウスターソース 2.8	※豆腐ハンバーグ(花型)40g 40	※酒 1.4	※みりん 0.35	※でん粉 0.14	※かつお削り節 0.21	とりにくとれんこんのいために
	※ケチャップ 3.5	※なたね油 1.05	※しょうゆ 3.15	かきたまじる	水 2.1	さわらにわん	れんこん 17.5
	※牛乳 14	しょうが 0.14	※上白糖 0.7	※梅形かまぼこ	レタスとさつまいものサラダ	※糸かまぼこ 8.4	にんじん 5.6
	※オースパイ 0.01	※しょうゆ 0.84	※なたね油 0.7	たまねぎ 14	さつまいも 21	ごぼう 14	鶏肉 10.5
	※クローブ 0.01	※みりん 0.7	水 28	※冷凍液卵 12.6	にんじん 3.5	だいこん 14	しょうが 0.21
	※ナツメグ 0.01	※上白糖 0.07	こぎかなのこまがらめ	干し椎茸スライス 0.14	レタス 10.5	干し椎茸スライス 0.21	※液体かつおだし 0.14
	※ロリエ 0.01	※でん粉 0.21	※味付け小魚 3.5	※たけのこ水煮 3.5	※ノンエッグマヨネーズ 3.5	根深ねぎ 7	※みりん 0.7
	塩コショウ 0.07	水 4.2	※なたね油 0.04	みつば 3.5	▲パンパキンスープ(ノンミルク)	※糸こんぶ 0.21	※しょうゆ 1.05
	水 35	わかめじる	※しょうゆ 0.42	※しょうゆ 1.05	かぼちゃペースト 21	※だしこんぶ 1.4	※上白糖 0.21
	チヨコファイ	※かまぼこ 7	※上白糖 0.63	※淡口しょうゆ 1.4	かぼちゃ 21	※しょうゆ 0.35	※一味唐辛子 0.01
	※大豆水煮 25	※わかめ 0.35	※酒 0.42	※フレーク節 1.4	たまねぎ 28	※白しょうゆ 1.75	※なたね油 0.35
	※なたね油 0.7	※あさり 冷凍 7	白ごま 0.28	※食塩 0.07	※豆乳 28	※食塩 0.07	しろみそじる
	※上白糖 2.8	だいこん 7	水 0.06	※でん粉 0.14	パセリ 0.21	水 63	じゃがいも 10.5
	※ココア 0.42	はくさい 14	はるさめのあえもの	水 77	※洋風スープの素 0.7	あじつけのり	えのきたけ 5.6
	水 0.84	根深ねぎ 3.5	ほうれんそう 14	ひじきのつくだに	塩コショウ 0.07	※味付けのり 1.5	たまねぎ 17.5
	チンゲンサイのサラダ	※だしこんぶ 1.4	※春雨 2.8	※ひじきの佃煮 8	※なたね油 0.14		※油揚げ 2.1
	きゅうり 7	※みりん 0.21	はくさい 14		※上新粉 0.21		根深ねぎ 7
	だいこん 7	※しょうゆ 0.35	※和風ドレ 2.8		水 49		※白みそ 5.6
	チンゲンサイ 17.5	※白しょうゆ 1.54					※煮干し 1.4
	※青じそドレ 2.8	※食塩 0.07					水 77
		水 77					
		なほなのおひたし					
		キャベツ 10.5					
		なばな 14					
		※冷凍コーン 7					
		※上白糖 0.21					
		※みりん 0.7					
		※しょうゆ 1.05					
		ひなあられ(幼小)					
	※ひなあられ 5						
	きざみのり						
	※一食きざみのり 0.3						
エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分
幼稚園	531 1.3	476 2.1	455 1.4	494 1.8	530 1.4	468 1.3	481 1.4

日	3月12日水	3月13日木	3月14日金	3月17日月	3月18日火	3月19日水	3月21日金	
献立及び材料 (幼稚園)	もちげんまいごはん	むぎごはん	ピザトースト	むぎごはん	たじごごはん	むぎごはん	こがたくろコッパパン	
	米 54	※麦ごはん 60.5	※食パン 40	※麦ごはん 60.5	米 60	麦 6	※小型黒コッパパン 30	
	もち玄米 6	牛乳	たまねぎ 14	牛乳	牛乳	米 54	牛乳	
	牛乳	※牛乳 185	※ベーコン 7	※牛乳 185	※牛乳 185	牛乳	※牛乳 185	
	※牛乳 185	▲かきあげ(ノンエッグ)	※マッシュルーム水煮 5.6	てつくりチーズいりコロッケ	ちくわのカレーあげ	※牛乳 185	▲ミートスパゲッティ(ノンミルク)	
	いかのからあげ	※大豆水煮 8.4	ピーマン 5.6	じゃがいも 31.5	※焼き竹輪 12.5	かんこくふうやきにく	※スパゲッティ 24.5	
	※いか短冊 26.6	※半月スライスちくわ 5.6	※カットトマト 5.6	たまねぎ 14	※食塩 0.04	豚肉 35	豚肉 7	
	しょうが 0.42	※くわわかめ 0.14	※なたね油 0.35	牛肉 7	※カレー粉 0.18	※酒 1.4	牛肉 7	
	にんにく 0.21	かぼちゃ 14	塩コショウ 0.07	牛乳	※小麦粉 4.9	※しょうゆ 0.84	※粒状大豆 1.4	
	※酒 1.4	たまねぎ 21	※チリソース 1.05	※オールスパイス 0.01	※ベーキングパウダー 0.07	しょうが 0.35	※オールスパイス 0.01	
	※しょうゆ 0.56	※食塩 0.14	※ケチャップ 4.2	※ナツメグ 0.01	※なたね油 3.5	にんにく 0.14	※クローブ 0.01	
	塩コショウ 0.07	※小麦粉 10.5	※ウスターソース 1.4	※しょうゆ 0.56	ひじきのいために	※なたね油 0.7	※ナツメグ 0.01	
	※でん粉 2.1	※ベーキングパウダー 0.14	※チーズ 11.9	※チーズ 2.8	※ひじき 1.26	※しょうゆ 1.4	※ロリエ 0.01	
	※上新粉 2.1	※なたね油 3.5	牛乳	※脱脂粉乳 1.75	※オイルツナ 8.4	※上白糖 0.7	にんじん 14	
	※なたね油 3.5	つぼづけあえ	※牛乳 185	※小麦粉 2.1	※冷凍コーン 7	※酒 0.7	たまねぎ 42	
	ちゅうかに	だいこん 17.5	とりにくのスープに	※パン粉 7	※冷凍さやいんげん 3.5	※コチジャン 0.7	エリンギ 10.5	
	※なると 10.5	きゅうり 8.4	鶏肉 21	※なたね油 3.5	※しょうゆ 1.05	※豆板醤 0.01	しょうが 0.7	
	豚肉 14	※つぼ漬け 5.6	じゃがいも 21	たれべつづけ	※上白糖 0.35	根深ねぎ 2.1	にんにく 0.35	
	しょうが 0.7	※酢 0.56	白かぶ 14	※ケチャップ 2.1	※なたね油 0.21	水 3.5	※なたね油 0.35	
	にんにく 0.35	※上白糖 0.21	キャベツ 17.5	※ウスターソース 1.05	※なたね油 0.21	ナムル	※豆乳クリームバター 0.7	
	※なたね油 0.35	ぶたじる	にんじん 10.5	※でん粉 0.14	のっぺいじる	だいこん 14	※洋風スープの素 0.7	
	たまねぎ 21	豚肉 14	※なたね油 0.35	※上白糖 0.07	里芋 10.5	みずな 7	※ケチャップ 9.1	
	もやし 14	にんじん 3.5	かぶの葉 2.1	水 3.5	ごぼう 7	大豆もやし 10.5	※トマトピューレー 7	
	はくさい 21	里芋 10.5	※洋風スープの素 0.56	きんぴら	にんじん 3.5	※上白糖 0.56	※カットトマト 7	
	※たけのこ水煮 7	はくさい 7	※しょうゆ 0.7	ごぼう 17.5	だいこん 10.5	※しょうゆ 1.05	※ウスターソース 3.5	
	チンゲンサイ 7	ごぼう 10.5	※ロリエ 0.01	にんじん 7	鶏肉 7	※ごま油 0.28	※しょうゆ 0.35	
	千切きくらげ 0.14	※板こんにやく 3.5	塩コショウ 0.07	※冷凍さやいんげん 3.5	根深ねぎ 7	※酢 1.05	※上新粉 0.35	
	※中華スープの素 0.7	根深ねぎ 3.5	水 28	※糸こんにやく 3.5	※フレーク節 1.4	にらのスープ	塩コショウ 0.07	
	※上白糖 0.07	※赤みそ 5.6	イタリアンサラダ	※みりん 0.7	※しょうゆ 1.05	※わかめ 0.35	※上白糖 0.07	
	※しょうゆ 2.8	※煮干し 1.4	だいこん 21	※しょうゆ 1.05	※淡口しょうゆ 1.4	キャベツ 14	水 49	
	※ごま油 0.35	水 77	みずな 7	※上白糖 0.21	※みりん 0.7	にら 5.6	ウィンナーのてっぱんやき 13.5	
	※酒 0.7	※金時豆 7	※一味唐辛子 0.01	※一味唐辛子 0.01	※食塩 0.07	※たけのこ水煮 5.6	※ウィンナー 7	
	塩コショウ 0.07	※イタリアンドレ 2.8	※なたね油 0.7	※なたね油 0.7	※でん粉 0.14	※ほぐしささみ 7	※なたね油 0.1	
	※でん粉 0.7	デコボン	なめこのみそじる	なめこのみそじる	水 77	※しょうゆ 0.7	ほうれんそうのサラダ	
	水 21	※デコボン 30	※冷凍角切り豆腐 14	※冷凍角切り豆腐 14		※鶏ガラスープ 0.7	れんこん 14	
	にんじんサラダ		なめこ 8.4	なめこ 8.4		塩コショウ 0.07	ほうれんそう 17.5	
	にんじん 28		はくさい 14	はくさい 14		水 77	※玉ねぎドレ 2.8	
	パセリ 0.49		根深ねぎ 5.6	根深ねぎ 5.6			お祝いゼリー(幼)	
	※棒々鶏ドレ 2.8		※煮干し 1.4	※煮干し 1.4			※お祝いゼリー 35	
			※赤みそ 2.8	※赤みそ 2.8				
			※白みそ 2.8	※白みそ 2.8				
			水 77	水 77				
	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分
	幼稚園	484 1.7	515 1.2	467 2.1	520 1.5	462 1.5	441 1.4	525 2

*エネルギーの単位はKcalです。

*塩分の単位はgです。

*ドレッシングの表記は〇ドレになっています。

*食材の分量は、幼稚園の分量になっています。

*入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

*牛乳は、昭和幼稚園はピン牛乳(180ml)、笠原幼稚園はパック牛乳(200ml)です。