



3月予定献立表



| 日 | 行事 | 献立名 | おもな調理法 | 食品名 | | | | おやつ | |
|--------|-----------|--|--------|---|---|---|--------------------------------|--------------|-------------------------|
| | | | | からだをつくる | 熱や力のもとになる | からだの調子を整える | 調味料など | 午前(未満児) | 午後 |
| 1 (土) | | ご飯/豚じゃが わかめスープ オレンジ | 煮 | 豚肉 厚揚げ たまご わかめ | こめ/じゃが芋 しらたき 厚揚げ | 人参 玉ねぎ えのき 人参 たまねぎ オレンジ | 淡口醤油 コンソメ | 牛乳 ビスケット | スキムミルク ◎せんべい |
| 3 (月) | ひなまつり/誕生会 | ひなちらし アジのカレー竜田揚げ スパゲティサラダ/のり汁/ゼリー | プレート | 鶏肉 さつまいも 蒲鉾 卵 のり さば ハム/豆腐 青さのり かまぼこ | こめ 桜でんぶ 片栗粉 三温糖 片栗粉 スパゲティ マヨネーズ/ゼリー | 千切大根 たけのこ れんこん しいたけ 人参 きゅうり レタス えのき | カレー粉 淡口醤油 こしょう 淡口醤油 | 牛乳 せんべい | スキムミルク 2色蒸しパン |
| 4 (火) | | ピザトースト バンバンジー ビーフンスープ/リンゴ | 焼 | ウィンナー チーズ ささみ みそ かまぼこ 卵 | 食パン ごま 三温糖 マヨネーズ ビーフン | コーン缶 玉ねぎ ピーマン きゅうり トマト レタス 玉ねぎ 人参 白菜 | ケチャップ 淡口醤油 酢 淡口醤油 | 牛乳 ビスケット | スキムミルク 焼きおにぎり |
| 5 (水) | | ご飯/魚のねぎ味噌焼き こまつなサラダ はんぺんのすまし汁/オレンジ | 焼 | ぶり ねぎ みそ ツナ缶 かつお節 はんぺん わかめ | こめ/ マヨネーズ | ねぎ しょうが にんにく 小松菜 コーン缶 人参 えのき 人参/オレンジ | 淡口醤油 淡口醤油 | 牛乳 ビスコ | スキムミルク きなこマカロニ |
| 6 (木) | | 麻婆丼 コーンスープ バナナ | 煮 | 豚ひき肉 豆腐 たまご | こめ 三温糖 片栗粉 三温糖 片栗粉 | 人参 椎茸 筍 しょうが にんにく 深ネギ 玉ねぎ 玉ねぎ 人参 コーン・クリーム缶 バナナ | 濃口醤油 中華だし 淡口醤油 | 牛乳 せんべい | スキムミルク ツナサンド |
| 7 (金) | | ご飯/野菜入りチキンナゲット きのこの味噌汁 オレンジ | 揚 | 鶏ひき・もも肉 卵 厚揚げ みそ | こめ/小麦粉 油 はちみつ マヨネーズ | 玉ねぎ コーン缶 キャベツ 人参 トマト しいたけ 玉ねぎ 人参 白菜 かねぎ オレンジ | ケチャップ チキンコンソメ | 牛乳 トースト | 青リンゴゼリー ◎ビスケット |
| 8 (土) | | ご飯/八宝菜 そーめん汁 キウイ | 煮 | 豚肉 かまぼこ | こめ/三温糖 片栗粉 そうめん | 白菜 人参 玉ねぎ しめじ コーン缶 人参 かねぎ キウイ | 淡口醤油 中華だし 淡口醤油 | 牛乳 せんべい | スキムミルク ◎クッキー |
| 10 (月) | | おにぎり/塩ラーメン ひじきとほうれん草の鉄分サラダ りんご | 煮 | 鶏肉 鶏ガラ ひじき ツナ缶 | こめ/中華麺 みりん マヨネーズ 三温糖 ごま | もやし かねぎ ほうれん草 コーン缶 人参 りんご | 濃口醤油 淡口醤油 | 牛乳 アスパラガス | スキムミルク ココア蒸しパン |
| 11 (火) | | ご飯/鮭のマヨたま焼き 春雨サラダ ワカメの味噌汁/バナナ | 焼 | 鮭 たまご ロースハム たまご 豆腐 わかめ みそ | こめ/マヨネーズ 春雨 三温糖 ごま | きゅうり 人参 えのき しめじ 人参 | こしょう 酢 鶏ガラだし 淡口醤油 バナナ | 牛乳 ビスコ | スキムミルク いちごクレープ |
| 12 (水) | 卒園式リハーサル | ハヤシライス ミモザサラダ ブドウゼリー | 煮 | 牛肉 たまご | こめ じゃが芋 マヨネーズ ブドウゼリーの素 | 玉ねぎ 人参 ブロッコリー コーン缶 トマト | ハヤシルウ | 牛乳 せんべい | スキムミルク お祝いケーキ(アップル) |
| 13 (木) | | ご飯/オーロラチキン 豆腐のスープ オレンジ | 揚炒 | 鶏肉 みそ 豆腐 | こめ じゃが芋 片栗粉 三温糖 油 | 玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ えのき 玉ねぎ 人参 しめじ かねぎ オレンジ | ケチャップ 淡口醤油 | 牛乳 ビスケット | スキムミルク スイートポテト |
| 14 (金) | お別れ会/報恩の日 | 巻きずし(納豆)/手巻きパーティ(さくら) 白和え/きつねうどん キウイ | 和/煮 | 納豆 のり 豆腐 みそ | こめ 三温糖 こんにゃく 三温糖 ごま/うどん 油揚げ みりん | レタス きゅうり 人参 ほうれん草/かねぎ キウイ | 酢 淡口醤油 | 牛乳 バナナ | スキムミルク メロンパン トースト |
| 15 (土) | | そっせん おめでとう 卒園式 ※パンの持ち帰りがあります | | | | | | | |

お別れ遠足が終わり、いよいよ3月になりますね。さくらぐみの卒園の日が近づいてきました。
2月はさくらぐみのリクエストメニューを行い、こどもたちのニコニコ笑顔に、給食室一同とてもうれしくなりました。
残り1か月、給食をモリモリ食べて、楽しく元気に過ごしてほしいです。

食育活動・クッキング
(マーク)

3月はさくらぐみ・すみれぐみです

○14日さくらぐみ(手巻きパーティ)

○18日すみれぐみ(チョコパイ)

(お知らせとお願い)

☆3月15日の卒園式はパンの持ち帰りになります。

※3時のおやつ◎マークは市販のお菓子です。

※0才児の給食・おやつは離乳食の進み具合や月齢に応じて提供しています。

※☆マークはカミカミメニューです。

※マークは食育活動です。

※予定献立表は裏面に17日から31日までを記載してあります。

※都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



| 日 | 行事 | 献立名 | おもな調理法 | 食品名 | | | | おやつ | |
|--------|---------------|---|--------|------------------------------------|--|---|------------------------------------|-------------|----------------------|
| | | | | からだをつくる | 熱や力のもとになる | からだの調子を整える | 調味料など | 午前 (未満児) | 午後 |
| 17 (月) | | 炊き込みごはん ごぼうのからあげ/だしまき卵 かみなり汁/バナナ | | 鶏肉 昆布かつお たまご 昆布かつお 豆腐 みそ | こめ 油揚げ 三温糖 片栗粉 油 ごま油 里芋 こんにゃく | ごぼう 人参 しょうが ごぼう 大根 人参 こねぎ | 酒 淡口醤油 濃口淡口醤油 | 牛乳 ビスケット | スキムミルク ワッフル |
| 18 (火) | すみれぐみ (クッキング) | 魚フライ丼 春雨スープ りんご | 揚丼 | 鮭 たまご パン粉 たまご | こめ 油 小麦粉 みりん 三温糖 春雨 | レタス トマト 人参 えのき しめじ 白菜 りんご | 濃口醤油 コンソメ | 牛乳 ボーロ | スキムミルク △チョコパイ |
| 19 (水) | | ご飯/ひじきと大豆の煮物 もやしの味噌汁 フルーツヨーグルト | 煮 | 鶏肉 ひじき 大豆水煮 わかめ 厚揚げ みそ ヨーグルト | こめ/こんにゃく 三温糖 三温糖 | 人参 ピーマン もやし 人参 しめじ バナナ モモ缶 みかん缶 りんご | 淡口・濃口醤油 | 牛乳 せんべい | スキムミルク たこやき |
| 20 (木) | 祝日 | | | | | | | | |
| 21 (金) | 彼岸参り | ビビンバ丼 きのこのスープ キウイ | 丼 | 豚ひき肉 たまご | こめ ごま 三温糖 | ほうれん草 人参 大根 きゅうり もやし にんにく えのき しいたけ 玉ねぎ しめじ 人参 こねぎ キウイ | 濃口・淡口醤油 淡口醤油 | 牛乳 せんべい | スキムミルク チョコバナナケーキ |
| 22 (土) | | ご飯/肉豆腐 じゃが芋の味噌汁 バナナ | 煮 | 豚肉 豆腐 たまご | こめ 三温糖 じゃが芋 | 玉ねぎ こねぎ えのき こねぎ 玉ねぎ バナナ | 濃口醤油 | 牛乳 ゼリー | スキムミルク ◎えびせん |
| 24 (月) | | ご飯/ポテトミートのチーズ焼き コーンスープ リンゴジュース | 焼 | 牛乳 豚肉 チーズ たまご | こめ/じゃが芋 パター 片栗粉 リンゴジュース | 玉ねぎ こねぎ 人参 玉ねぎ コーン・クリーム缶 | こしょう ケチャップ 淡口醤油 | 牛乳 ビスケット | スキムミルク 手作りバウムクーヘン |
| 25 (火) | | ご飯/おでん ほうれん草の味噌汁 バナナ | 煮 | たまご 厚揚げ 鶏肉 豆腐 みそ | こめ/こんにゃく 三温糖 | 大根 人参 ほうれん草 えのき 人参 玉ねぎ バナナ | おでんの素 淡口醤油 | 牛乳 せんべい | スキムミルク ☆さつまいもチップス |
| 26 (水) | | 照り焼きチキンサンド 元気モリモリサラダ クリームスープ/オレンジ | 焼 | 鶏肉 しらす干し わかめ 牛乳 | パン マヨネーズ みりん 三温糖 ごま油 ごま ベーコン じゃが芋 | にんにく レタス 枝豆 人参 きゅうり レタス 玉ねぎ 人参 コーン缶 | 濃口醤油 濃口醤油 酢 シチュールウ | 牛乳 ビスコ | ひじきおにぎり |
| 27 (木) | | タコライス 中華スープ りんご | 炒丼 | 合いびき肉 チーズ カニカマ たまご | こめ 三温糖 | 玉ねぎ レタス トマト きゅうり 人参 玉ねぎ しめじ コー ん缶 深ネギ もやし りんご | ケチャップ/カレー粉・こしょうソース 中華だし 淡口醤油 | 牛乳 バナナ | スキムミルク ☆シュガートースト |
| 28 (金) | 修了式 | ご飯/はんぺんのチーズフライ 豚菜スープ プリンアラモード | 揚 | はんぺん 粉チーズ 豚肉 たまご 牛乳 | こめ/小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ じゃが芋 プリンの素 生クリーム グラニュー糖 | トマト レタス 人参 玉ねぎ ほうれん草 りんご みかん缶 | こしょう ケチャップ 淡口醤油 | 牛乳 ビスケット | スキムミルク ココアスコーン |
| 29 (土) | | | | | | | | | |
| 31 (月) | | | | | | | | | |

