

3月 献立表

月	火	水	木	金	土
2日	3日 ひなまつり	4日	5日	6日	7日
ベーコンピラフ風 ベーコン・玉ねぎ・人参・しょうゆ・みりん 七分付米 鶏肉のごま焼き 鶏もも肉・酒・みりん・しょうゆ・ごま レモンサラダ キャベツ・大根・人参・三温糖・しょうゆ・レモン果汁 スープ 白菜・なめこ・しょうゆ・塩・コンソメ	ひなまつり寿司 生鮭・塩鮭・人参・コーン・絹さや すし酢・酢・七分付米 からあげ 鶏もも肉・生薑・三温糖・酒・みりん・しょうゆ・ 片栗粉・油 スパゲティサラダ ほうれん草・菜の花・パプリカ・スパゲティ・マ ヨドレ・塩 清汁 豆腐・わかめ・しょうゆ・塩	白身魚のおろしあんかけ 白身魚・塩鮭・大根・三つ葉・しょうゆ みりん・片栗粉 焼き厚揚げ 厚揚げ・酒・みりん・三温糖・しょうゆ 梅和え 白菜・ブロッコリー・人参・梅肉・三温糖・しょうゆ みそ汁 キャベツ・しめじ・水菜・みそ	豚肉の柳川風 豚肉・ごぼう・昆布・しょうゆ・三温糖・みりん バルサミコ炒め かぼちゃ・玉ねぎ・バルサミコ酢・しょうゆ みりん・三温糖・油 磯辺和え 小松菜・かぶ・人参・しょうゆ・焼きのり スープ ベーコン・里いも・ほうれん草・しょうゆ・塩・コン ソメ	さわらの袖庵焼き 鮭・柚子・酒・三温糖・しょうゆ・みりん・片栗粉 油 煮浸し 白菜・人参・昆布・みりん・しょうゆ・片栗粉 カレーサラダ チンゲン菜・カリフラワー・水菜・パプリカ・酢・三 温糖・油・しょうゆ・カレー粉 みそ汁 じゃがいも・レタス・ねぎ・みそ	すき焼き風丼 豚肉・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・ほうれん草 ・酒・三温糖・みりん・しょうゆ・だし汁 七分付米 清汁 さつまいも・もやし・しょうゆ・塩
オレンジマフィン 牛乳 ホットケーキmix・スキムミルク・ヨーグルト・マ レード・牛乳	三色蒸しパン いちご 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・豆乳・抹茶・いちご・甘 納豆	いももち オレンジ 牛乳 じゃがいも・片栗粉・三温糖・しょうゆ	おにぎり りんご 牛乳 かつお・しょうゆ・七分付米	カルツォーネ風餃子 牛乳 餃子の皮・豚ミンチ・油・水菜・大豆・ピーマン・玉 ねぎ・塩・ケチャップ・しょうゆ・チーズ	せんべい 味しらべ(しょうゆせんべい)
9日	10日	11日	12日お別れ遠足(たいよう)	13日 お誕生会	14日
わかめごはん わかめ・ちりめんじゃこ・ごま・しょうゆ・ 七分付米 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉・しょうゆ・みりん 黒酢和え かぼちゃ・ブロッコリー・人参・しょうゆ 三温糖・黒酢 清汁 豆腐・小松菜・しょうゆ・塩	さばのマヨドレ焼き 鯖・しょうゆ・酒・マヨドレ ひじき煮 ひじき・玉ねぎ・コーン・三度豆・三温糖・しょうゆ ナムル じゃがいも・チンゲン菜・人参・しょうゆ 三温糖・ごま油 みそ汁 鮎・エリンギ・菜の花・みそ	豚肉と厚揚げのあんかけ 豚肉・厚揚げ・玉ねぎ・生薑・しょうゆ・三温糖・ 酒・片栗粉・油 さつまいもの甘辛焼き さつまいも・しょうゆ・三温糖・油 マリネ ほうれん草・キャベツ・人参・酢・オリーブ油・塩・ しょうゆ・三温糖 スープ 大根・れんこん・豆腐・しょうゆ・塩・コンソメ	白身魚の風味焼き 白身魚・かぼす果汁・みりん・しょうゆ 春雨炒め 小松菜・人参・玉ねぎ・昆布・三温糖 しょうゆ・油 なめたけ和え 小松菜・人参・長いも・えのき・みりん しょうゆ 清汁 かぶ・チンゲン菜・とろろこんぶ・しょうゆ・塩	おすし 高野豆腐・かんぴょう・ちりめんじゃこ・人参・ 絹さや・三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢 七分付米 和風ハンバーグ 豚ミンチ・玉ねぎ・塩・パン粉・三温糖・みりん・ しょうゆ・水・片栗粉 ごま和え 白菜・春巻・もやし・パプリカ・ごま・ねりごま・ しょうゆ・三温糖 豆乳みそ汁 さつまいも・油揚げ・ほうれん草・豆乳・みそ	野菜マーボー丼 豚肉・人参・玉ねぎ・しめじ・ブロッコリー ・塩鮭・みそ・三温糖・しょうゆ ごま油・片栗粉 清汁 かぼちゃ・水菜・しょうゆ・塩
ココア蒸しパン 牛乳 小麦粉・BP・ココア・三温糖・スキムミルク 牛乳・無塩バター	ミルククリームパン 牛乳 食パン・牛乳・三温糖・コンスターチ	グレープゼリー オレンジ 牛乳 グレープジュース・三温糖・寒天・水	おにぎり りんご 牛乳 ゆかり粉・七分付米	抹茶ケーキ いちご 牛乳 小麦粉・BP・豆乳・三温糖・抹茶・油・酢 生クリーム	せんべい きなこちりめんべい
16日	17日	18日 お別れ会	19日	20日	21日 卒園式
ご飯 七分付米 鶏肉の塩麴焼き 鶏もも肉・塩麴・三温糖・酒 ポン酢和え かぶ・小松菜・人参・かぼす果汁・すし酢 しょうゆ 清汁 レタス・長いも・しょうゆ・塩	納豆ごはん ひきわり納豆・豚ミンチ・ねぎ・みそ・しょうゆ 三温糖・七分付米 鮭フライ 生鮭・しょうゆ・みりん・酒・パン粉・油 ゆかり和え 白菜・水菜・ごぼう・人参・ゆかり粉・しょうゆ スープ 里いも・キャベツ・もやし・しょうゆ・塩・コンソメ	夕焼けごはん ベーコン・玉ねぎ・人参・ケチャップ 塩・油・七分付米 ローストチキン 鶏手羽元・塩麴・しょうゆ・みりん・三温糖・油 マヨドレサラダ さつまいも・ブロッコリー・人参・マヨドレ・しょうゆ 清汁 豆腐・玉ねぎ・塩麴・しょうゆ・塩	カレー肉じゃが 豚肉・じゃがいも・糸こんにゃく・しょうゆ・三温 糖・酒・みりん・油・カレー粉 切干大根煮 切干大根・玉ねぎ・人参・昆布・三温糖・ しょうゆ じゃこ和え キャベツ・チンゲン菜・パプリカ・ちりめんじゃこ・ しょうゆ みそ汁 白菜・油揚げ・豆腐・みそ		
もっちりチーズパン 牛乳 ホットケーキmix・白玉粉・牛乳・チーズ	黒ごまクッキー オレンジ 牛乳 小麦粉・黒ごま・豆乳・油・三温糖・塩	みたらしパン 牛乳 食パン・しょうゆ・三温糖・片栗粉・水	かわりぼたもち りんご 牛乳 七分付米・もち米・甘納豆・塩・きなこ		せんべい ばりんこ
23日	24日 かぜ・そらお弁当日	25日	26日	27日	28日
キーマライス 豚ミンチ・玉ねぎ・コーン カレー粉・三温糖・しょうゆ・ケチャップ・塩・ 七分付米 鶏肉の磯辺焼き 鶏もも肉・塩麴・みりん・しょうゆ・青のり 和風サラダ さつまいも・白菜・人参・しょうゆ・三温糖・油 清汁 キャベツ・えのき・しょうゆ・塩	ぶりの照り焼き ぶり・しょうゆ・みりん・酒 高野豆腐煮 高野豆腐・人参・しょうゆ・三温糖 酢の物 ほうれん草・カリフラワー・ごぼう・酢・しょうゆ・ すし酢 スープ 里いも・玉ねぎ・わかめ・しょうゆ・塩・コンソメ	チンジャオロース 豚肉・パプリカ(赤)・ピーマン・葱・生薑・油・酒 しょうゆ・三温糖・塩麴・片栗粉 じゃがバター じゃがいも・無塩バター・塩麴 さっぱりサラダ 大根・チンゲン菜・人参・オリーブ油・ しょうゆ・レモン果汁・塩 みそ汁 白菜・れんこん・水菜・みそ	白身魚のトマトソース 白身魚・塩麴・しめじ・ホールトマト・三温糖・塩・ オリーブ油 こんにゃく炒め 糸こんにゃく・三度豆・玉ねぎ・昆布・三温糖 しょうゆ・油 かつお和え キャベツ・もやし・人参・かつお・しょうゆ 清汁 かぶ・レタス・ほうれん草・しょうゆ・塩	豚肉のコーンフレーク焼き 豚肉・塩麴・コーンフレーク・片栗粉・油 ツナ炒め ブロッコリー・玉ねぎ・ツナ・しょうゆ・みりん・油 マヨドレサラダ 長いも・小松菜・パプリカ・マヨドレ・しょうゆ みそ汁 大根・人参・三つ葉・みそ	家庭保育協力日
黒糖蒸しパン 牛乳 小麦粉・BP・牛乳・黒砂糖・スキムミルク	ジャム食パン 牛乳 食パン・ジャム	小豆せんべい オレンジ 牛乳 白玉粉・ゆであずき・塩・水	そぼろおにぎり 果物 牛乳 豚ミンチ・酒・三温糖・しょうゆ・七分付米	豆乳くずもち 牛乳 片栗粉・三温糖・豆乳・きな粉	せんべい 味しらべ(しょうゆせんべい)
30日	31日				
家庭保育協力日	家庭保育協力日				
せんべい きなこちりめんべい	せんべい ばりんこ				

乳児の朝補食 月～金 牛乳
 主食 七分付米
 延長保育の補食 おせんべい