



3月 給食献立予定表



☺ 手作りおやつの日
 ♡ スプーンを使うメニュー
 ☆ 新メニュー
 ★コップとお箸は、毎日持たせてください。
 よろしくお祈りします！

日	曜	3歳未満児 0時のおやつ	主食	副食	材料	3時のおやつ
1	水	お茶 ポン菓子	ご飯	鯖の味噌煮 小松菜とえりんぎの和え物 根菜スープ	鯖 生姜 小松菜 ささみ エリンギ 人参 すりごまれんこんごぼう大根 かぶ 昆布 しいこ 豆腐 黒糖 牛乳 他	牛乳 ☺ 黒糖と豆乳のかりんとう
2	木	お茶 ビスケット	ご飯	豆腐のゴマ揚げ 緑黄色野菜のサラダ 春雨スープ	豆腐 にんにく 生姜 ゴマ ささみ ブロッコリー 南瓜 法連草水菜春雨 セロリ もやし ワカメ ごま油 粉乳 苺 牛乳 他	スキムミルク 苺ミルク蒸しパン ☺
3	金	お茶 卵ぼうろ	ちらし 寿司	鶏の立田揚げ 菜の花の和え物 あさりと稗麩の清汁 三色ゼリー	鶏肉 生姜 菜の花 コーン 豆腐 法連草 ゴマ 蓮根 干し椎茸 人参 卵 海苔 三つ葉 あさり 麩 昆布 豆腐 カルピス ひなあられ 他	カルピス ひなあられ
4	土	お茶 クラッカー	ご飯	南瓜のコロッケ 大根とじゃこのサラダ キャベツと生姜のスープ	南瓜 玉葱 豚挽き肉 大根 小ねぎ 刻み海苔 じゃこ キャベツ 生姜 小松菜 他	スキムミルク おかし
6	月	お茶 パイ	ご飯	じゃが芋とタコの子デミ お豆のサラダ ワカメスープ	タコ ニラ 人参 もやし じゃが芋 小ねぎ にんにく ゴマ 水菜キャベツ スナップエンドウひよこ豆南瓜ブロッコリーマヨネーズ昆布ワカメ林檎 他	スキムミルク 林檎
7	火	お茶 黒棒	麺	肉うどん グリーンサラダ パナナ	うどん 牛肉 玉葱 伊豆 昆布 中ねぎ ささみ キャベツ レタス 胡瓜 カリフラワー パナナ ゆかり 米 他	お茶 ゆかりおにぎり ☺
8	水	お茶 クッキー	ご飯	魚の胡麻焼き 海藻サラダ えんどう豆の味噌汁	魚 生姜 にんにく ゴマ 海鹽ミックス 春雨 水菜 スナップエンドウ 玉葱 豆腐 伊豆 昆布 コッペパン 生クリーム 苺 他	牛乳 ☺ 苺と生クリームのコッペパン
9	木	お茶 せんべい	ご飯	☆菜の花のグラタン そぼろ納豆 もやしとニラの味噌スープ	菜の花 エビ 玉葱 エリンギ ベンネ 牛乳 チーズ 合挽き肉 納豆 もやし ニラ 豚挽き肉 みそ 粉乳 牛乳 カルピス 卵他	スキムミルク ☺ カルピスマドレーヌ
10	金	お茶 ビスケット	ご飯	ミートローフ コールスローサラダ 粟米湯	合挽き肉 にんにく 玉葱 豆腐 パプリカ キャベツ 人参 コーン レモン汁 クリームコーン ハム 卵 小ねぎ 粉乳 じゃが芋 他	スキムミルク ☺ フライドポテト
11	土	お茶 ミニケーキ	ご飯	ふわふわ卵の生姜あんかけ ひじきの五目金平 梅にゆうめん	卵 玉葱 豆腐 生姜 かつお節 ひじき 蓮根 人参 いんげん豆 高野豆腐 天ぷら ソーメン 伊豆 昆布 梅干し 小ねぎ 他	スキムミルク おかし
13	月	お茶 バームクーヘン	麺	☆カリフラワーとキャベツのスパゲッティ 山芋の梅和え ミネストローネ	キャベツカリフラワーマトエドにんにくスパゲッティ山芋胡瓜梅肉蓮根玉葱 かつお節じゃが芋人参さやえんどうトマトホール缶セロリごぼうじゃこ他	お茶 ☺ ごぼうとじゃこのおにぎり
14	火	お茶 せんべい	ご飯	おでん ☆ささみと人参の胡麻マヨサラダ オレンジ	鶏肉 大根 ちくわ 天ぷら 板こんにやく 里芋 厚揚げ 昆布ずらの卵 ささみ 人参 豆腐 ゴマ マヨネーズ オレンジ イカ キャベツ もやし他	スキムミルク イカ焼き ☺
15	水	お茶 ビスケット	ご飯	魚のカレーパン粉焼き もやしと小松菜の和え物 旬野菜と押し麦のスープ	魚 カレー粉 パン粉 もやし ちくわ 小松菜 ごま油 押し麦 セロリ キャベツ 山芋 かぶ ブロッコリー 牛乳 南瓜 生クリーム 他	牛乳 ☺ スイート南瓜
16	木	お茶 卵ぼうろ	ご飯	♡ ハッシュドビーフ マロニーサラダ パイナップル	牛肉 玉葱 人参 しめじ ハッシュドビーフ デミグラスソースマロニー 水菜 ハム コーン キャベツ マヨネーズ パイナップル 粉乳 牛乳 他	スキムミルク おかし
17	金	お茶 パイ	ご飯	豆腐のオニオンソース お豆の春色ひじき煮 キャベツの味噌汁	豆腐 にんにく 玉葱 カイワレ大根 ひじき 絹さや 人参 ちくわしあげ 豆腐 南瓜 キャベツ ワカメ 小ねぎ 伊豆 昆布 黒砂糖 牛乳 他	スキムミルク 黒糖スフレ ☺
18	土	お茶 ポン菓子	ご飯	旬野菜のオムレツ 切り干し大根の煮物 沢煮椀	ベーコン ブロッコリー 山芋 エリンギ 卵 切り干し大根 人参 天ぷら こんにやく 豚挽き肉 椎茸 水菜 絹さや 大根 他	スキムミルク おかし
20	月	お茶 せんべい	ご飯	肉豆腐 干草サラダ 法連草と卵のスープ	牛肉 豆腐 白葱 系こんにやく ごぼう 小松菜 大根 水菜 人参セロリ レタス キョウザの皮 ゴマ 鶏肉 法連草 エリンギ 玉葱 卵 パナナ他	スキムミルク バナナ
22	水	お茶 クラッカー	ご飯	魚のソテートマトソース ポテトサラダ エビと春雨のスープ	魚 玉葱 トマトホール缶 にんにく じゃが芋キャベツ卵ハム コーンエビ マヨネーズ玉葱 キャベツ スナップエンドウ かぶ 牛乳団子粉黄粉他	牛乳 ☺ 黄粉団子
23	木	お茶 ビスケット	ご飯	☆さっぱりレモンのふっくら団子鍋 大豆のチリコンカン 林檎	鶏挽肉 豆腐 生姜 大根 春雨 白葱 レモン エノキ 法連草かつお節 牛挽肉 にんにく 玉葱 大豆 マッシュルームコントマトホール缶林檎他	スキムミルク おかし
24	金	お茶 丸ぼうろ	ご飯	ヘルシーメニュー (厚揚げのステック揚げ すいとん 手作り梅干し)	厚揚げ 青のり レモン ごぼう 人参 山芋 生椎茸 三つ葉 こんにやく かつお節 梅干し 粉乳 牛乳 バター 苺 他	スキムミルク 苺クッキー ☺
25	土	お茶 バームクーヘン	ご飯	はんぺんとチーズの卵焼き ふきとごぼうの煮物 三つ葉の味噌汁	はんぺん チーズ 豆腐 卵 牛乳 牛肉 ごぼう ふき 人参こんにやく コンブ じゃが芋 玉葱 三つ葉 かつお節 他	スキムミルク おかし
27	月	お茶 せんべい	ご飯	♡ ポークカレー タコと蓮根のサラダ パイナップル	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 生姜 にんにく タコ 水菜 胡瓜 蓮根 パイナップル 粉乳 牛乳 食パン レモン 他	スキムミルク ☺ レモンシュガーラスク
28	火	お茶 クッキー	麺	焼きそば 金時豆の甘煮 カリフラワーのコンソメスープ	焼きそば麺 イカ ニラ もやし かまぼこ 金時豆 カリフラワー かぶ 玉葱 生クリーム ひよこ豆 菜の花 コーン かつお節他	お茶 ☺ 春色菜の花おにぎり
29	水	お茶 ビスケット	ご飯	魚の南蛮漬け 小松菜の白和え 根菜味噌汁	魚 パプリカ 玉葱カイワレ大根豆腐小松菜こんにやく人参椎茸ごま 蓮根ごぼう大根かぶ昆布 しいこ林檎バインオレンジバナナキウイ他	フルーツヨーグルト ☺
30	木	お茶 ミニケーキ	ご飯	豚肉と南瓜の煮物 水菜とワカメの海苔サラダ アスパラとパプリカの彩りスープ	豚肉 南瓜 玉葱 人参 タコ 水菜 レタス ワカメ ゴマ 海苔 ささみ アスパラ 玉葱 コーン パプリカ かつお節 昆布 豆腐 黄粉 他	スキムミルク 豆乳もち ☺
31	金	お茶 卵ぼうろ	ご飯	♡ 春野菜シチュー チャブチェ 苺	鶏肉じゃが芋玉葱キャベツかぶ しめじシチュールウ豚挽き肉春雨 小松菜 生姜 にんにく 中華だし オイスターソース 苺 他	お茶 おかし

材料の都合により、献立の変更をすることがあります。 江上保育園

* 3月3日は、ひなまつりメニューになっています。
 ひなまつりの行事食、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひももち、ひなあられ、を参考に、
 あさりの清汁やひももちの三色(桃、白、緑)のゼリーをとりいれ、子供たちの健やかな成長を
 願っています。

* 旬野菜・・・カリフラワー 春菊 蓮根 小松菜 かぶ 大根 三つ葉 ブロッコリー 山芋 エリンギ
 南瓜 生椎茸 キャベツ ニラ セロリ 白菜 エノキ もやし パセリ 豆腐 苺 みかん キウイ
 林檎 パイナップル サワラ タコ 海苔 サバ あさり ワカメ ひじき 菜の花 他

