



3月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう(*^^*)

令和2年2月26日

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名 (◎は午後おやつ)			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
2	月	ご飯・チキンのバターソテー かぼちゃの煮物 味噌汁・みかん	牛乳 源氏パイ	米、バター	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	みかん、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、しめじ、にんにく	かつおだし汁、みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、かつおだし・鰹節
3	火	◆◆ひな祭りメニュー◆◆ ちらし寿司・さわらの塩焼き ほうれん草のごま和え すまし汁・バナナ	牛乳 いちご豆乳パバロア	米、○砂糖、すりごま、砂糖、ごま、焼ふ(板ふ)	○牛乳、さわら、○調製豆乳、○ゼラチン、かつお節	バナナ、にんじん皮むき、ほうれん草、根切りもやし、○いちごジャム、なばな、れんこん、○いちご、たけのこ(水煮缶)、葉ねぎ、しいたけ、コーン缶、えのきたけ、○レモン果汁、カットわかめ、焼きのり	すし酢、酒、みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、かつおだし・鰹節、食塩
4	水	ご飯・たらのケチャップ炒め ブロッコリーのマヨ和え じゃがいもとベーコンのスープ・りんご	牛乳 ★フレンチトースト	米、○食パン、じゃがいも、○砂糖、○バター、油、片栗粉、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)	○牛乳、タラ ブロック、○卵、ベーコン	りんご、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん皮むき、カリフラワー、しめじ、ピーマン、にんにく	ケチャップ、コンソメ・粉末、食塩
5	木	ご飯・豚肉のしょうが焼き ★おからサラダ 味噌汁・バナナ	牛乳 ★きな粉ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、○マーブルシロップ、マヨネーズ、砂糖、○無塩バター、○砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、生揚げ、おから、ハム、○卵、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、○きな粉	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、万能ねぎ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、酒、かつおだし・鰹節、食塩
6	金	牛丼・キャベツのサラダ さつま汁・オレンジ	ジョア(プレーン) ビスコ	米、しらたき、さつまいも、板こんにゃく、砂糖、ごま、ごま油	○ジョア プレーン、牛肉(肩ロース)、生揚げ、ハム、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、きゅうり、万能ねぎ、洗いごぼう	しょうゆ(うすくち)、酢、かつおだし・鰹節
7	土	チャーハン・中華スープ・バナナ	バウムクーヘン	米、油、ごま油	豚肉(肩ロース)、木綿豆腐	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ほうれん草、ピーマン、えのきたけ	中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
9	月	■□お別れ会メニュー□■ カレーライス・エビフライ 和風マカロニサラダ・みかん	りんごジュース ★ロールケーキ	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、マカロニ、○バター、片栗粉、砂糖、ごま油	牛ひき肉、○卵、豚ひき肉、○生クリーム、ハム、○牛乳	みかん、にんじん皮むき、たまねぎ、○いちご、きゅうり、ミニトマト、しめじ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	カレーパウダー、酢、しょうゆ(うすくち)
10	火	ご飯・厚揚げの酢豚風炒め もやしの和え物 卵スープ・りんご	牛乳 豆乳ドーナツ	米、○ホットケーキ粉、○油、砂糖、油、ごま、○粉糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、生揚げ、卵、○調製豆乳、○おから、木綿豆腐、しらす干し	りんご、根切りもやし、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、きゅうり、黄ピーマン、たけのこ(ゆで)、しいたけ、万能ねぎ	酢、ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、酒、鶏がらだしの素、食塩
11	水	パン・タンドリーチキン キャベツとウインナーのソテー 豆乳スープ・みかん	牛乳 五平餅	ロールパン、クロワッサン、○米、○もち米、○砂糖、○ごま、油、食パン	○牛乳、調製豆乳、鶏もも肉(皮付)、ウインナーソーセージ、ベーコン、ヨーグルト(無糖)、○米みそ(淡色辛みそ)	みかん、キャベツ、根切りもやし、にんじん皮むき、たまねぎ、しめじ、コーン缶、はくさい	ケチャップ、ウスターソース、コンソメ・粉末、○みりん、食塩、しょうゆ(うすくち)、カレー粉
12	木	ご飯・さばのゆず味噌田楽 ひじき煮 すまし汁・バナナ	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、砂糖、ごま油	○牛乳、さば、木綿豆腐、大豆水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	バナナ、こまつな、えのきたけ、○いちごジャム、にんじん皮むき、にんじん、ひじき、ゆず果皮	みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節、食塩
13	金	ご飯・★高野豆腐の玉子とじ ほうれん草のお浸し 豚汁・オレンジ	ヨーグルト	米、じゃがいも、さといも(冷凍)、○コーンフレーク、板こんにゃく、砂糖、すりごま	○ソフール元気ヨーグルト、卵、豚肉(肩ロース)、生揚げ、鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、凍り豆腐	オレンジ、根切りもやし、ほうれん草、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、しめじ、洗いごぼう	しょうゆ(うすくち)、めんつゆ・3倍濃縮、かつおだし・鰹節
16	月	ご飯・鮭のバター醤油焼き ほうれん草のサラダ ★かきたま汁・みかん	牛乳 マカロニあべかわ	米、○マカロニ、○砂糖、バター、砂糖、ごま油	○牛乳、さけ、卵、○きな粉、ハム	みかん、ほうれん草、にんじん皮むき、たまねぎ、しめじ、生わかめ	しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、かつおだし・鰹節、食塩、○食塩
17	火	ご飯・回鍋肉 フライドポテト 中華スープ・いちご	牛乳 ビスケット	じゃがいも、米、油、砂糖、ごま油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、凍り豆腐	キャベツ、にんじん皮むき、たまねぎ、いちご、ピーマン、えのきたけ	しょうゆ、酒、鶏がらだしの素、食塩、鶏がらだし・粉末
18	水	ご飯・さわらのねぎソース 人参とツナのソテー 味噌汁・バナナ	牛乳 ★グラノーラクッキー	米、○小麦粉、○マーガリン、○玄米フレーク、○砂糖、油、ごま油	○牛乳、さわら、生揚げ、ツナ油漬缶(きはだ)、○卵、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、ほうれん草、だいこん皮むき、コーン缶、えのきたけ、葉ねぎ、万能ねぎ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、酢、みりん、かつおだし・鰹節
19	木	パン・★鶏の香草焼き ブロッコリーのサラダ 豆スープ・オレンジ	ジョア(ストロベリー) ホームパイ	ロールパン、クロワッサン、じゃがいも、マヨネーズ、和風ドレッシング、パン粉、食パン	○ジョア ストロベリー、鶏もも肉(皮付)、大豆水煮缶、ベーコン	オレンジ、ブロッコリー、にんじん皮むき、カリフラワー、たまねぎ、コーン缶	コンソメ・粉末、食塩、パセリ粉
21	土	すき焼き丼・味噌汁・バナナ	サブレ	米、さつまいも(皮付)、しらたき、砂糖、焼ふ(板ふ)	生揚げ、牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	バナナ、はくさい、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、みりん
23	月	ご飯・たららのコーンクリームかけ チンゲンサイのソテー 味噌汁・オレンジ	牛乳 ドーナツ	米、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、片栗粉	○牛乳、タラ 切り身、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	オレンジ、チンゲンサイ、たまねぎ、根切りもやし、にんじん皮むき、クリームコーン缶、万能ねぎ、しめじ	酒、オイスターソース、かつおだし・鰹節、鶏がらだしの素、食塩
24	火	ご飯・豚肉と大根の甘辛煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁・りんご	牛乳 ★チーズスキムクッキー	米、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、砂糖、すりごま	○牛乳、豚肉(ばら)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、○脱脂粉乳、○卵、油揚げ、○粉チーズ	だいこん皮むき、りんご、根切りもやし、ほうれん草、かぼちゃ、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、グリーンピース(水煮缶詰)、えのきたけ、しょうが	しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹節
25	水	ご飯・鶏肉のトマト煮 ★ポテトサラダ コンソメスープ・バナナ	牛乳 ★じゃこトースト	米、じゃがいも、○食パン、○マヨネーズ、マヨネーズ、○ごま、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、大豆水煮缶、ハム、○スライスチーズ、ベーコン、○しらす干し	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、トマトジュース缶(食塩無添加)、きゅうり、キャベツ、しめじ、コーン缶	ケチャップ、ウスターソース、酒、コンソメ・粉末、食塩、カレー粉
26	木	ご飯・★さわらのカレー風味ソテー 切干大根の旨煮 味噌汁・いちご	牛乳 マカロニスナック	米、さつまいも(皮付)、○マカロニ、マヨネーズ、○油、砂糖、小麦粉、油	○牛乳、さわら、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	いちご、にんじん皮むき、たまねぎ、切り干しだいこん、万能ねぎ、にんにく	しょうゆ、みりん、○コンソメ・粉末、かつおだし・鰹節、カレー粉、食塩、○食塩
27	金	中華丼・ナムル わかめスープ・みかん	ミルージュ ビスケット	米、ごま、砂糖、片栗粉、油、ごま油	豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、むきえび、ハム	みかん、はくさい、根切りもやし、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、たけのこ(ゆで)、えのきたけ、生わかめ、コーン缶、黒きくらげ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、酒、中華だしの素、食塩
30	月	豚丼・粉ふき芋 味噌汁・オレンジ	牛乳 ブアマンケーキ	米、じゃがいも、○小麦粉、しらたき、○砂糖、○油、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、生揚げ、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、えのきたけ、葉ねぎ、しょうが、あおのり	しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節、食塩、○食塩
31	火	ハヤシライス キャベツのゆず風味和え チーズ・いちご	牛乳 クッキー	米、ごま、砂糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)、チーズ、鶏むね肉(皮なし)	たまねぎ、キャベツ、にんじん皮むき、いちご、しめじ、かぼちゃ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)、ゆず果汁	ハヤシパウダー、しょうゆ(うすくち)、酢

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

3月11・19日、こすもす・ひまわり・なのはな組園児のパンはバイキング形式になります。