

3月 こんだてひょう

*このほかに0、1歳児は午前中に牛乳などのおやつがあります
 *献立は行事や材料の都合などで変更になることがあります
 *☺マークはかもめグループのリクエストメニューです

日	曜	主 食	副 食	おやつ	主な材料	
1	15	木 ☺♣ 冷やしそうめん	キャベツと豚肉のみそ炒め 切り干し大根の煮物	1日鶏と三つ葉のだし汁ごはん 15日α米五目おにぎり ●牛乳	素麺・きゅうり・わかめ・鶏ささみ・キャベツ・豚肉・人参・ピーマン・たけのこ・玉ねぎ・しめじ・ちんげん菜・切り干し大根・油揚げ・さやいんげん・七分米・三つ葉・ゆかり・赤味噌・醤油	
2	—	金 ♪ ちらし寿司	鶏の照り焼き キャベツともやしの胡麻和え	吉野汁 ●牛乳	七分米・かぼちゃ・えび・れんこん・しめじ・さやえんどう・人参・鮭刻みのり・鶏肉・キャベツ・もやし・きゅうり・ツナ缶・練りごま・里芋・大根・ごぼう・万能ねぎ・豆腐・牛乳・抹茶粉・苺・寒天	
3	17	土 ごぼうとコーンのごはん	鶏と根菜の炒め煮 かぼちゃサラダ	キャベツとかぶのスープ ●牛乳	七分米・ごぼう・コーン缶・鶏肉・赤パプリカ・アスパラ・玉ねぎ・人参・れんこん・じゃが芋・しめじ・ちんげん菜・かぼちゃ・きゅうり・キャベツ・大根・かぶ・えのき・苺・牛乳	
5	19	月 ☺ ドライカレー	▲ポテトサラダ	わかめとごぼうのスープ ●牛乳	七分米・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・なす・ほうれん草・パセリ・レタス・じゃが芋・きゅうり・ハム・マヨネーズ・わかめ・ごぼう・長ネギ・大根・えのき・舞茸・ポップコーン・青のり	
6	20	火 ごはん	☺ 唐揚げ もやしと人参のナムル	■ 貝だくさんみそ汁	☺♣ 人参ケーキ ●牛乳	七分米・鶏肉・コーンスターチ・もやし・人参・春雨・鶏ささみ・小松菜・大根・人参・万能ねぎ・里芋・ごぼう・れんこん・わかめ・かぶ・三つ葉ホットケーキミックス・バター・豆乳・てんさい糖
7	29	水/木 ☺○● クリームスパゲティ	かぼちゃのマリネサラダ	■ 小松菜と鶏肉のスープ	■ 五平餅 ほうじ茶	スパゲティ・玉ねぎ・人参・ベーコン・牛乳・しめじ・ほうれん草・バター・かぼちゃ・きゅうり・キャベツ・鶏ささみ・小松菜・鶏肉・長ネギ・かぶ・七分米・みそ・白ごま・醤油・てんさい糖
8	22	木 わかめごはん	☺ 肉じゃが ほうれん草のおひたし	うすくず汁	☺♣ マカロニソテー ●牛乳	七分米・わかめ・じゃが芋・豚肉・人参・玉ねぎ・白滝・いんげん・ほうれん草・もやし・かつお節・えのき・大根・かぶ・里芋・なす・三つ葉・コーンスターチマカロニ・ピーマン・豚挽き肉・ケチャップ
9	23	金 豚二郎あんかけ丼	かぶとキャベツの梅醤油和え	■ 豆腐とわかめのみそ汁	☺♣○ かぼちゃと ほうれん草のケーキ ●牛乳	七分米・豚挽き肉・人参・玉ねぎ・にら・しめじ・もやし・かぶ・きゅうり・キャベツ・梅干し・エリンギ・豆腐・わかめ・長ネギ・大根・えのき・ホットケーキミックス・かぼちゃ・ほうれん草・バター・豆乳
10	24	土 焼き鶏丼	白菜と豚肉の甘辛炒め	■ 大根としめじのみそ汁	みかんゼリー／おせんべい ●牛乳	七分米・鶏肉・長ネギ・ピーマン・刻みのり・白菜・豚肉・なす・赤パプリカ・玉ねぎ・人参・大根・三つ葉・豆腐・しめじ・万能ねぎ・みかんジュース・寒天・おせんべい・牛乳
12	26	月 ○ 納豆チーズ丼	長いもつくねの磯部焼き 青菜のおかか和え	かぶと三つ葉のすまし汁	☺ 大学芋 ●牛乳	七分米・ひきわり納豆・チーズ・青のり・かつお節・鶏ひき肉・長いも・玉ねぎ・人参・コーンスターチ・生姜・小松菜・白菜・鶏ささみ・もやし・かぶ・三つ葉・しめじ・えのき・さつま芋・ごま
13	27	火 ☺♣ きつねうどん	さつま芋の天ぷら ほうれん草とキャベツの梅ごま和え	☺ 大学芋 ●牛乳	☺♣○ みかんケーキ ●牛乳	乾麺・油揚げ・わかめ・ねぎ・人参・しめじ・舞茸・大根・さつま芋・米粉・ほうれん草・キャベツ・もやし・梅干し・練りごま・鶏ひき肉・ホットケーキミックス・バター・豆乳・BP・みかん缶
14	28	水 ごはん	☺ 麻婆豆腐 ごま中華和え	◆ コーンスープ	☺♀ フルーツヨーグルト 麦茶	七分米・豆腐・豚挽き肉・玉ねぎ・人参・長ネギ・生姜・にんにく・赤味噌・キャベツ・きゅうり・もやし・鶏ささみ・わかめ・コーン缶・卵・ヨーグルト・苺・桃缶・りんご・いよかん・みかん缶・はちみつ
16	30	金 ごはん	☺ かつおの竜田揚げ ひじきと春雨のサラダ	■ 豚汁	米粉の蒸しパン ●牛乳	七分米・かつお・生姜・コーンスターチ・ひじき・春雨・きゅうり・人参・もやし・ハム・豆腐・豚肉・里芋・大根・長ネギ・人参・さつま芋・しめじ・米粉・レーズン・豆乳・醤油・てんさい糖・みそ

◇今月の予定◇

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1(木) かもめデザイワーク | 16(金) かもめ卒園パン作り |
| 2(金) ひなまつり | 23(金) 避難訓練 |
| 6(火) つばめデザイワーク | 8・22(木) 乳児健診 |
| 10(土) 卒園を祝う会 | |



アレルギー対応が必要な食品を使用する献立

- : 「牛乳」 ○ : 「乳製品」 ♪ : 「エビ」 ■ : 「麦みそ」
- ◆ : 「卵」 ♣ : 「小麦・小麦製品」 ▲ : 「マヨネーズ」