

＊3月分献立表＊

*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります
*このほかに0・1・2歳児は午前中に牛乳等のおやつがあります



日	曜	主食	副食		おやつ	主な材料
			副菜	汁物		
1	金	ひな祭り押し寿司	春野菜の煮物	潮汁	ひなあられ くだもの 緑茶	米・人参・干し椎茸・かんぴょう・さやえんどう・ごま・卵・れんこん/ 鶏モモ肉・じゃが芋・人参・かぶ・菊水煎・かぶ葉・菜の花・生姜/ 蛤・はんぺん・三つ葉・小松菜/ ひなあられ關東風・ひなあられ關西風/いちご/緑茶
2	16 30 土	豚肉のゴマ味噌丼	キャベツ和え	鶏と野菜のスープ	黒糖クッキー 麦茶	米・豚モモ肉・長葱・玉葱・人参・刻みのり・大葉/ キャベツ・もやし・人参・きゅうり・コーン缶/ 鶏モモ肉・玉葱・セロリ・生椎茸・大根/ 薄力粉・黒糖・ごま・紅花油/麦茶
4	18 月	♪ソース焼きそば	トマトのおかかサラダ	葱ごまスープ	かぼちゃスコーン 牛乳	蒸し中華麺・豚バラ肉・人参・玉葱・キャベツ・もやし・ウスターソース・青のり/ きゅうり・レタス・トマト・水菜・わかめ・しらす・かつお節/ 豚挽肉・白菜・生姜・万能葱・長葱・人参・ごま/ かぼちゃ・薄力粉・ベーキングパウダー・マーガリン/牛乳
5	19 火	ご飯	♪塩昆布チャンプルー ♪チョレギサラダ	鶏白湯	ブラウニー 牛乳 ぼたもち 緑茶	米/豚モモ肉・生揚げ・卵・キャベツ・長葱・人参・にら・生姜・塩昆布/ レタス・きゅうり・トマト・長葱・人参・刻みのり/ 鶏モモ肉・白菜・大根・しめじ・万能葱・生姜・米/ 5日薄力粉・アーモンドパウダー・ベーキングパウダー・無塩バター・卵・ココア・動物性クリーム/牛乳 19日米・小豆・黒ごま/緑茶
6	20 水	♪バターロール	煮込みポークビーンズ ♪シトラスサラダ	♪ボルシチ風スープ	★フォー 麦茶	バターロール/豚肩肉・大豆・玉葱・青ピーマン・人参・じゃが芋・しめじ・トマト缶 にんにく・ケチャップ・中濃ソース/ レタス・サラダほうろん草・ミニトマト・きゅうり・水菜・りんご・みかん・レモン/ 牛モモ肉・ピーツ・玉葱・じゃが芋・人参・セロリ・キャベツ・トマト/ 米糠・鶏肉・万能葱・玉葱・生椎茸・生姜・レモン/麦茶
7	木	♪ハヤシライス	グリーンサラダ	♪大豆と鶏肉のスープ	♪アメリカンドッグ 牛乳	米・豚モモ肉・牛モモ肉・玉葱・マッシュルーム・しめじ・パセリ・トマト缶・ケチャップ・中濃ソース 無塩バター/ レタス・ツナ缶・アスパラガス・ミニトマト・きゅうり・コーン缶・焼きのり/ 大豆・鶏モモ肉・かぶ・かぶ葉・キャベツ・玉葱・トマト缶/ ホットケーキミックス・ウィンナー・プロセスチーズ・豆乳/牛乳
8	金	♪わかめごはん	大根と竹輪の煮物 鶏ときゅうりの甘酢和え	♪豚汁	ココロのり味 乳酸菌入りママクッキー 牛乳	米・わかめ/大根・焼き竹輪・玉葱・人参・ごぼう・万能葱/ 鶏ムネ肉・きゅうり・大根・人参/ 豚バラ肉・大根・人参・里芋・ごぼう・板こんにゃく・長葱/ ココロのり味/乳酸菌入りママクッキー/牛乳
22	金	お楽しみ遠足	お弁当をよろしくおねがいします		ココロのり味 乳酸菌入りママクッキー 牛乳	ココロのり味/乳酸菌入りママクッキー/牛乳
9	23 土	コーンのチャーハン	キャベツとわかめのナムル	ニラときのこの中華スープ	さつま芋のパウンドケーキ 麦茶	米・豚挽肉・人参・長葱・コーン缶・冷凍グリーンピース/ キャベツ・わかめ・人参・えのき茸・ごま/ 鶏モモ肉・生姜・えのき茸・生椎茸・にら/ ホットケーキミックス・アーモンド・豆乳・はちみつ・さつま芋・ごま/麦茶
11	25 月	♪ミートソース スパゲティ	♪カントリーサラダ	もちむぎスープ	♪ヨーグルトパバロア 麦茶	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・エリンギ・マッシュルーム・トマト缶・ケチャップ/ じゃが芋・レタス・サニーレタス・ウィンナー・アスパラガス・ミニトマト/ 玉葱・人参・かぶ・かぶ葉・押し麦・コーン缶/ ヨーグルト・動物性クリーム・ゼラチン・牛乳・レモン・ビスケット/麦茶
12	26 火	ご飯	♪鶏のから揚げ 豆腐とわかめのサラダ	☆せんべい汁	抹茶蒸しパン 牛乳	米/鶏モモ肉・生姜・にんにく・サラダ菜/ 木綿豆腐・レタス・わかめ・トマト・きゅうり・しらす・水菜/ 南部せんべい・鶏モモ肉・ごぼう・人参・しめじ・キャベツ・長葱・白滝/ 薄力粉・ベーキングパウダー・豆乳・甘納豆・抹茶/牛乳
13	27 水	♪納豆レタス チャーハン	もやしときゅうりの和え物	大根のスープ	♪おこのみマカロニ 牛乳	米・納豆・鶏モモ肉・卵・レタス・さやいんげん・生姜/ もやし・きゅうり・人参・焼き竹輪・ごま/ 豚バラ肉・大根・玉葱・人参・えのき茸・チンゲン菜/ マカロニ・マヨネーズ・中濃ソース・青のり・かつお節/牛乳
14	28 木	ご飯	かぼちゃの肉みそかけ 山菜のマヨネーズ和え	♪豆腐のみそ汁	♪フルーツサンド 麦茶	米/生揚げ・かぼちゃ・豚挽肉・人参・長葱・干し椎茸・生姜・テンメンジャン/ こごみ・うど・もやし・人参・スナップえんどう・マヨネーズ・ごま/ 絹ごし豆腐・じゃが芋・玉葱・わかめ・人参/ 食パン・動物性クリーム・白桃缶・パイ缶/麦茶
15	29 金	♪カレーうどん	♪竹輪の磯辺揚げ 切干大根の酢の物		♪いただき 麦茶	乾麺・豚モモ肉・玉葱・人参・長葱・油揚げ・カレーフレーク/ 焼き竹輪・青のり・薄力粉/ 切干大根・しらす・わかめ・きゅうり・人参・ごま/ 米・油揚げ・人参・ごぼう・干し椎茸/麦茶