

# 献立予定表 3月上旬

今月の目標: 良い姿勢で食べましょう。

2019

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			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		
1 金		ちらし寿司、桃ゼリー 小松菜なめたけ和え 春巻き、ミニトマト ★ひな祭り会★ すまし汁	春巻きの皮 油	卵、エビッコ 豚ひき肉	人参、しいたけ 小松菜、キャベツ なめたけ	麦茶 ビスケット	カルピス ひなあられ
2 土		ごはん 鮭缶 肉じゃが わかめ酢の物 うずら卵煮物 みかん、味噌汁	じゃが芋、油	若鶏もも皮なし うずら卵水煮缶	人参、玉葱、わかめ もやし、グリーンピース	麦茶 ウエハース	麦茶 クッキー
3 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
4 月		ごはん いんげん 煮物 ほうれん草オムレツ マカロニ五目炒め バナナ、めかぶ納豆 スープ	マカロニ、油	卵、魚肉ソーセージ 挽きわり納豆	ほうれん草、人参 玉葱、しいたけ ピーマン、めかぶ	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
5 火		ごはん 白菜 おかか和え チーズハンバーグ ごぼうサラダ 枝豆、りんご 味噌汁、のり佃煮	マヨネーズ、油	豚ひき肉、ごま チーズ	ごぼう、人参、きゅうり 玉葱	麦茶 クッキー	ヨーグルト クラッカー
6 水		ナポリタン キャベツツナサラダ クリームコロッケ ★お誕生会★ フルーツミックス、スープ	サラスパ、油 パン粉、小麦粉	ベーコン、ツナ缶	ピーマン、玉葱 キャベツ、きゅうり 人参	麦茶 ビスケット	牛乳 バナナ ポート
7 木		ごはん コーン煮 さめのムニエル かぶのそぼろ煮 きゅうり昆布和え ミニトマト、すまし汁	パン粉、油	さめ、バター 豚ひき肉	かぶ、人参、玉葱 きゅうり、塩昆布	麦茶 クラッカー	りんご ジュース 揚げ菓子
8 金		ごはん 小松菜 ごま和え ハヤシライス れんこんサラダ 鶏つくね 洋梨缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース ウインナー	人参、玉葱、きゅうり れんこん、グリーンピース	麦茶 ウエハース	麦茶 プチ肉まん
9 土		ごはん さんま缶 肉豆腐 もやしのカニ和え かぼちゃ甘煮 パイン缶、味噌汁	砂糖、油	豚肩ロース、木綿豆腐 かにふぶき	もやし、きゅうり、人参 ニラ、玉葱、かぼちゃ	麦茶 ビスケット	麦茶 チーズ
10 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
11 月		ごはん 粉ふき芋 麻婆春雨 ほうれん草のり和え 大根煮物、チーズ納豆 みかん、味噌汁	春雨、ごま油	豚ひき肉、チーズ 挽きわり納豆	ほうれん草、キャベツ しいたけ、大根、人参 きざみのり	麦茶 クッキー	豆乳 クラッカー
12 火		ごはん ひじき煮 ★お別れ会★ 鶏肉のから揚げ 小松菜スパゲティ コロコロサラダ、ふりかけ ミニゼリー、豚汁	サラスパ、油 マヨネーズ、片栗粉	若鶏もも皮なし かまぼこ 豚ばら肉、焼き豆腐	小松菜、人参 きゅうり、コーン缶 白菜、玉葱、しめじ ねぎ	麦茶 ウエハース	ジュース フルーツ サンド
13 水		ごはん チンゲン菜 ツナ和え 白菜クリーム煮 ところてんサラダ ウインナー りんご、麦茶	ごま油	ベーコン 魚肉ソーセージ	白菜、人参、玉葱 コーン缶、レタス きゅうり、ところてん	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
14 木		ごはん 生揚げ煮 ほっけの照焼き 豚肉と人参の炒り煮 さつま芋ミルク煮 ミニトマト、味噌汁	さつま芋、砂糖 油、糸こんにゃく	ほっけ、牛乳 豚肩ロース	人参、青のり、キャベツ 玉葱	麦茶 クラッカー	りんご ジュース せんべい
15 金		ごはん 切干し大根 煮物 エビカレー ブロッコリーサラダ チキンナゲット バナナ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	エビ 魚肉ソーセージ	ブロッコリー、人参 玉葱、コーン缶 グリーンピース ミニトマト	麦茶 クッキー	牛乳 ビスケット
16 土		ごはん チーズ けんちん汁 サラダうどん 肉団子 黄桃缶、鮭フレーク	茹でうどん	若鶏もも皮なし 焼き豆腐 魚肉ソーセージ	大根、人参、しめじ レタス、きゅうり	麦茶 ウエハース	麦茶 揚げ菓子

# 献立予定表 3月下旬

今月の目標: 良い姿勢で食べましょう。

2019

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ	
			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			
17日	<b>* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。</b>							
18月※	ごはん ほうれん草 おかか和え	いとこ煮 ラーメンサラダ 鶏つくね 洋梨缶、麦茶	茹で中華麺 ごま油	卵、豚肩ロース 焼き豆腐	白菜、人参、玉葱 レタス、きゅうり、ねぎ	麦茶 クッキー	牛乳 せんべい	
19火	おにぎり 	鮭じゃが汁 切り昆布炒め煮 ミニフランク りんご	じゃが芋、油	鮭、ミニフランク 焼き豆腐	玉葱、人参、しめじ ねぎ、もやし 切り昆布	麦茶 ビスケット	麦茶 お好み焼き	
20水	ごはん かまぼこ	豚肉の生姜焼き もやしの酢の物 枝豆、みかん 味噌汁、味付けのり	油	豚肩ロース	玉葱、人参、もやし きゅうり	麦茶 クラッカー	ヨーグルト 揚げ菓子	
21木	<b>春分の日 * 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。</b>							
22金	ごはん いんげん 煮物	コーンシチュー マカロニサラダ ミートボール バナナ、麦茶	じゃが芋、マカロニ マヨネーズ	ベーコン 脱脂粉乳	レタス、人参、玉葱 きゅうり、コーン缶 グリーンピース	麦茶 ウエハース	牛乳 クッキー	
23土	ごはん ひじき煮	チンジャオロースー パンプキンサラダ うずら卵煮物 パイン缶、スープ	砂糖、マヨネーズ ごま油	豚肩ロース、ベーコン うずら卵水煮缶	ピーマン、赤ピーマン かぼちゃ、もやし 人参	麦茶 クラッカー	麦茶 せんべい	
24日	<b>* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。</b>							
25月	ごはん チンゲン菜 ごま和え	麻婆豆腐 ポテトサラダ もやしゆかり和え オレンジ、麦茶	マヨネーズ、ごま油 じゃが芋	木綿豆腐、豚ひき肉 魚肉ソーセージ	人参、ピーマン、ねぎ しいたけ、コーン缶 もやし	麦茶 ビスケット	牛乳 ウインナー 蒸しパン	
26火	ごはん 大根煮物	納豆卵焼き オクラツナスパサラダ 黄桃缶、鮭フレーク 味噌汁	油、サラスパ	挽きわり納豆 卵、ツナ缶	オクラ、しめじ 人参、万能葱、玉葱	麦茶 クラッカー	麦茶 チーズ	
27水	ごはん コーン煮	さばの味噌煮 れんこんきんぴら レタスサラダ りんご、すまし汁	ごま油 マヨネーズ	さば、ごま	れんこん、人参 しいたけ、レタス きゅうり	麦茶 せんべい	牛乳 揚げ菓子	
28木	ごはん 生揚げ煮	なすと豚ひき肉のカレー ブロッコリー卵サラダ チキンナゲット バナナ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚ひき肉、ウインナー 卵	なす、人参、玉葱 ブロッコリー、コーン缶	麦茶 ウエハース	りんご ジュース クッキー	
29金	ごはん ところてん	長芋豚肉炒め ほうれん草ナムル エビシュウマイ ミニトマト、味噌汁	油、長芋、ごま油 糸こんにゃく	豚肩ロース、ごま	ほうれん草、人参 玉葱、ねぎ、もやし	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう	
30土	ごはん 醤油昆布	野菜コロッケ、ふりかけ 切干し大根煮物 きゅうりか二和え オレンジ、すまし汁	パン粉、小麦粉 じゃが芋、油	かにふぶき 油揚げ	切干し大根、人参 きゅうり、しいたけ	麦茶 せんべい	スポロン クッキー	
31日	<b>* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。</b>							
給食室から		<ul style="list-style-type: none"> <li>* 1日のひな祭り会は園児全員に「ちらし寿司」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)</li> <li>* 6日のお誕生会は園児全員に「ナポリタン」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)</li> <li>* 12日のお別れ会は白ご飯を持ってきてください。(3歳以上児)</li> <li>※18日は食育の日として「良い姿勢でたべましょう」のお話をします。</li> <li>* 19日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児)</li> <li>* 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。</li> </ul>						