

# 献立予定表 3月上旬

今月の目標: 良い姿勢を心がけて食べましょう。

2022年

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 火	ごはん 白菜 おかか和え	ぶり大根 ラーメンサラダ うずら卵煮物、バナナ 味噌汁(人参、玉葱)	茹で中華麺 ごまドレッシング	ぶり うずら卵水煮缶 魚肉ソーセージ	大根、レタス、きゅうり 人参、玉葱、バナナ	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
2 水	ごはん 枝豆	鶏肉のごま味噌焼き 切り昆布炒め煮、みかん缶 さつま芋ミルク煮 味噌汁(えのき茸、人参)	油、ごま油 さつま芋、砂糖	若鶏もも皮なし 牛乳、ごま	切り昆布、もやし 人参、えのき茸 みかん缶	麦茶 クッキー	スポロン クラッカー
3 木	五目ごはん メンチカツ 小松菜サラダ、ミニ桃ゼリー ★ひな祭り★ すまし汁(わかめ、万能葱)		小麦粉、パン粉 マヨネーズ	エビ、錦糸卵 豚ひき肉 若鶏もも皮なし	人参、いんげん しいたけ、ごぼう 小松菜、もやし わかめ、桃ゼリー	麦茶 ビスケット	牛乳 ひなあられ
4 金	ごはん チンゲン菜 のり和え	ツナカレー スパゲティサラダ 鶏つくね 洋梨缶、麦茶	じゃが芋、サラスパ マヨネーズ	ツナ、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ 鶏つくね	人参、玉葱、コーン缶 レタス、きゅうり グリーンピース 洋梨缶	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
5 土	ごはん チーズ	春雨の中華炒め もやしサラダ カニシュウマイ、黄桃缶 味噌汁(わかめ、万能葱)	春雨、ごま油 マヨネーズ	豚肩ロース カニシュウマイ	しいたけ、人参、玉葱 もやし、きゅうり えのき茸、万能葱 黄桃缶	麦茶 せんべい	麦茶 揚げ菓子
6 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
7 月	ごはん ひじき 煮物	ほうれん草オムレツ サラダうどん オレンジ、鶏そぼろ スープ(人参、玉葱)	茹でうどん 和風ドレッシング	卵、鶏ひき肉 魚肉ソーセージ	ほうれん草、レタス きゅうり、人参 玉葱、オレンジ	麦茶 クラッカー	ヤクルト クッキー
8 火	ごはん 生揚げ 煮物	ほっけのみりん焼き 長芋バター炒め きゅうりサラダ、パイン缶 味噌汁(わかめ、えのき茸)	油、長芋、バター フレンチドレッシング	ほっけ	人参、玉葱 レタス、きゅうり えのき茸、わかめ パイン缶	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
9 水	ごはん 切干し大根 煮物	ハヤシライス ブロッコリーサラダ ウインナー りんご、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ	豚肩ロース 脱脂粉乳、ウインナー	ブロッコリー、人参 玉葱、グリーンピース コーン缶、りんご	麦茶 ウエハース	ヨーグルト クラッカー
10 木	味噌ラーメン もやしの酢の物 チキンナゲット ★お別れ会★ ミニゼリー		茹で中華麺	豚肩ロース なると、ツナ缶 チキンナゲット	もやし、きゅうり 人参、キャベツ 長葱、ミニゼリー	麦茶 クッキー	カルピス ロール ケーキ
11 金	ごはん 小松菜 ごま和え	いとこ煮 マカロニサラダ ミートボール みかん缶、麦茶	マカロニ マヨネーズ	豚肩ロース、卵 焼き豆腐 魚肉ソーセージ ミートボール	白菜、人参、玉葱 長葱、きゅうり レタス、みかん缶	麦茶 ビスケット	牛乳 せんべい
12 土	ごはん 卵豆腐	肉じゃが もやしニラ納豆和え かまぼこ、洋梨缶 味噌汁(白菜、油揚げ)	じゃが芋 糸こんにゃく	若鶏もも皮なし ひきわり納豆 かまぼこ、油揚げ	人参、玉葱、もやし ニラ、グリーンピース 白菜、洋梨缶	麦茶 ウエハース	麦茶 クラッカー
13 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
14 月	ごはん コーン 煮物	生姜味噌おでん とろろんサラダ チーズ、パイン缶 鮭フレーク	ごま油	鶏つくね うずら卵水煮缶 はんぺん、チーズ 魚肉ソーセージ	大根、人参 レタス、きゅうり とろろん、パイン缶 鮭フレーク	麦茶 ビスケット	りんご ジュース 揚げ菓子
15 火	ごはん かぼちゃ 煮物	白菜シチュー ごぼうサラダ ソーセージケチャップ煮 バナナ、麦茶	マヨネーズ	ベーコン、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ ごま	白菜、人参、玉葱 ごぼう、きゅうり グリーンピース バナナ	麦茶 クッキー	牛乳 クラッカー

給食室から

\* 新メニューは、2日の「鶏肉のごま味噌焼き」と8日の「ほっけのみりん焼き」です。

\* 3日のひな祭りは園児全員に「五目ごはん」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)

\* 10日のお別れ会は園児全員に「味噌ラーメン」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)





# 献立予定表 3月下旬

今月の目標: 良い姿勢を心がけて食べましょう。

2022年

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	全園児
			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	9時おやつ	3時おやつ
16 水	おにぎり 	タラ汁 ほうれん草春雨和え ミニフランク りんご	春雨、ごま油	タラ、焼き豆腐 ミニフランク	大根、人参、長葱 ほうれん草、りんご	麦茶 ウエハース	プリン せんべい
17 木	ごはん いんげん 煮物	肉団子、ふりかけ きゅうりの中華和え 生揚げ煮物、みかん缶 スープ(ふのり、玉葱)	ごま油	肉団子 生揚げ	きゅうり、もやし 人参、玉葱 ふのり、みかん缶	麦茶 クラッカー	牛乳 かりんとう
18 金	★お誕生会★	サンドイッチ(卵、苺ジャム) クリームコロッケ キャベツごまサラダ ミニゼリー、スープ(玉葱、わかめ)	食パン、パン粉 油、小麦粉 マヨネーズ	卵、ごま	キャベツ、きゅうり 人参、わかめ 玉葱、ミニゼリー	麦茶 クッキー	牛乳 紅白 ケーキ
19 土	ごはん 小松菜 のり和え	チンジャオロースー エビシュウマイ 粉ふき芋、黄桃缶 味噌汁(なめこ、万能葱)	ごま油 じゃが芋	豚肩ロース エビシュウマイ	ピーマン、赤ピーマン もやし、人参、青のり なめこ、万能葱 黄桃缶	麦茶 せんべい	麦茶 ビスケット
20 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
21 月	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
22 火	ごはん チンゲン菜 ごま和え	鮭のちゃんちゃん焼き さつまいものミルク煮 焼き豚、ミニトマト スープ(レタス、卵)	さつまいも、砂糖	鮭、牛乳、卵 焼き豚	キャベツ、人参 玉葱、レタス ミニトマト	麦茶 ウエハース	フルーツ ヨーグルト
23 水	ごはん 枝豆	麻婆豆腐 ほうれん草サラダ ポークピッツ 洋梨缶、麦茶	ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉、豆腐 ポークピッツ	ほうれん草、キャベツ 人参、ピーマン しいたけ、長葱 洋梨缶	麦茶 クラッカー	豆乳 クッキー
24 木	ごはん かまぼこ	ハンバーグ、のり佃煮 切干し大根煮物 かぼちゃ甘煮、みかん缶 味噌汁(玉葱、ふのり)	砂糖、バター、油	豚ひき肉、油揚げ	切干し大根、しいたけ 人参、かぼちゃ 玉葱、ふのり みかん缶	麦茶 せんべい	りんご ジュース 揚げ菓子
25 金	ごはん 小松菜 カニ和え	豚汁 シルバーサラダ チキンナゲット りんご、めかぶ納豆	春雨、マヨネーズ	豚バラ肉、焼き豆腐 ひきわり納豆 魚肉ソーセージ チキンナゲット	白菜、人参、長葱 しめじ、きゅうり レタス、めかぶ りんご	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
26 土	ごはん コーン 煮物	キャベツと豚肉の味噌炒め わかめの酢の物、黄桃缶 アンパンマンポテト 味噌汁(豆腐、えのき茸)	ごま油、じゃが芋	豚肩ロース 豆腐、油揚げ	キャベツ、人参、玉葱 きゅうり、もやし わかめ、えのき茸 黄桃缶	麦茶 クラッカー	麦茶 クッキー
27 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
28 月	ごはん 大根煮物	鶏肉の唐揚げ きゅうりカニ和え チーズ、ミニトマト すまし汁(わかめ、万能葱)	片栗粉、油	若鶏もも皮なし カニふぶき、チーズ	きゅうり、もやし 人参、わかめ 万能葱、ミニトマト	麦茶 せんべい	(以上児) チョコバナナ (未満児) バナナ生クリーム
29 火	ごはん 白菜 のり和え	イタリアンオムレツ いんげんごまサラダ パイン缶、鶏そぼろ スープ(人参、玉葱)	ごまドレッシング	卵、鶏ひき肉 ピザ用チーズ	トマト、パセリ粉 いんげん、キャベツ コーン缶、玉葱、人参 パイン缶	麦茶 ウエハース	牛乳 揚げ菓子
30 水	ごはん ところてん	なすと豚ひき肉カレー れんこんきんぴら 鶏つくね オレンジ、麦茶	じゃが芋 ごま油、糸こんにゃく	豚ひき肉、脱脂粉乳 鶏つくね、ごま	なす、人参、玉葱 れんこん、しいたけ グリーンピース オレンジ	麦茶 クラッカー	ゼリー ビスケット
31 木	ごはん 鮭缶	野菜コロッケ ひじきの煮物 レタスサラダ、洋梨缶 味噌汁(大根、なめこ)	小麦粉、パン粉 じゃが芋、油 フレンチドレッシング	油揚げ、豆腐	ひじき、しいたけ 人参、きゅうり レタス、大根、なめこ 洋梨缶	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー



給食室から  
\* 16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)  
\* 18日のお誕生会は園児全員に「サンドイッチ」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)

