

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。

2023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 水	ごはん 醤油昆布	長芋のチーズ焼き もやしの酢の物 ミートボール、トマト 味噌汁(豆腐、なめこ)	長芋、小麦粉	ベーコン、豆腐 ピザ用チーズ ミートボール	もやし、きゅうり 人参、なめこ 玉葱、トマト	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー
2 木	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 バナナ、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、バナナ	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
3 金 ★ひな祭り★ 誕生会☆	五目炊き込みごはん メンチカツ 小松菜サラダ、ミニ桃ゼリー すまし汁(わかめ、万能葱)	小麦粉、パン粉 マヨネーズ 油	エビ、錦糸卵 豚ひき肉 鶏ひき肉	人参、いんげん、玉葱 しいたけ、ごぼう、万能葱 小松菜、キャベツ わかめ、桃ゼリー	麦茶 ウエハース	カルピス ロール ケーキ ひなあられ	
4 土	ごはん さんま缶	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(えのき茸、玉葱)	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、ニラ 黄桃缶	麦茶 クッキー	豆乳 せんべい
5 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。						
6 月	ごはん チーズ	鶏肉のごま味噌焼き 切り昆布炒め煮、パイン缶 さつまいもミルク煮 味噌汁(大根、なめこ)	油、片栗粉 さつまいも 砂糖	若鶏もも皮なし 牛乳、ごま	切り昆布、もやし 人参、大根 なめこ、パイン缶	麦茶 クラッカー	牛乳 ビスケット
7 火	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 魚肉ソーセージ	大根、人参、長葱 ほうれん草 しめじ りんご	麦茶 せんべい	麦茶 クラッカー
8 水	ごはん コーン 煮物	麻婆豆腐 マカロニサラダ チキンナゲット 洋梨缶、麦茶	ごま油 マヨネーズ マカロニ	豚ひき肉、豆腐 チキンナゲット 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり 人参、ピーマン しいたけ、長葱 洋梨缶	麦茶 ウエハース	ゼリー 揚げ菓子
9 木	ごはん 白菜 のり和え	納豆卵焼き いんげんごまサラダ バナナ、鶏そぼろ スープ(人参、玉葱)	ごまドレッシング 砂糖	鶏ひき肉 ひきわり納豆 卵	万能葱 いんげん、キャベツ コーン缶、玉葱、人参 バナナ	麦茶 クッキー	りんご ジュース ウエハース
10 金 ★お別れ会★	野菜カレー 鶏肉の唐揚げ きゅうりカニ和え みかん缶	じゃが芋 片栗粉 油	若鶏もも皮なし カニふぶき	人参、玉葱 きゅうり、もやし みかん缶	麦茶 ビスケット	プリン アラモード	
11 土	ごはん 枝豆	肉じゃが もやしニラ納豆和え かまぼこ、黄桃缶 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、黄桃缶	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
12 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。						
13 月	ごはん 豆腐煮物	春巻き ひじきの煮物 パンプキンサラダ、オレンジ 味噌汁(玉葱・えのき茸)	マヨネーズ、油 糸こんにゃく 春巻きの皮 砂糖	豚ひき肉、ベーコン 油揚げ	かぼちゃ、人参 しいたけ、ひじき 玉葱、えのき茸 オレンジ	麦茶 ビスケット	牛乳 お好み焼き
14 火	ごはん いんげん 煮物	親子煮 サラダうどん ポークビッツ りんご、麦茶	茹でうどん 和風ドレッシング	若鶏もも皮なし 卵、焼き豆腐 魚肉ソーセージ ポークビッツ	白菜、人参、玉葱 レタス、きゅうり 長葱、しめじ りんご	麦茶 クッキー	ヨーグルト クラッカー
15 水	ごはん チンゲン菜 ごま和え	カレイ竜田揚げ キャベツサラダ 焼き豚、ミニトマト スープ(レタス、卵)	マヨネーズ 片栗粉 油	カレイ、卵 焼き豚	キャベツ、人参 レタス、きゅうり ミニトマト	麦茶 ウエハース	りんご ジュース せんべい
16 木	ごはん かぼちゃ 煮物	ハンバーグ もやし中華和え 生揚げ煮物、みかん缶 すまし汁(ふのり、万能葱)	パン粉、油 ごま油	豚ひき肉 生揚げ	もやし、きゅうり 人参、ふのり、玉葱 万能葱、みかん缶	麦茶 クラッカー	麦茶 ビスケット

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。

2023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
17 金	ごはん コーン 煮物	豚汁 シルバーサラダ ミートボール バナナ、鮭フレーク	春雨 マヨネーズ	豚バラ肉、焼き豆腐 鮭フレーク、ごま 魚肉ソーセージ ミートボール	白菜、人参、長葱 しめじ、きゅうり、玉葱 レタス、めかぶ バナナ	麦茶 クッキー	牛乳 ウエハース
18 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、油揚げ)	ごま油 じゃが芋	豚肩ロース エビシュウマイ 油揚げ	ピーマン、赤ピーマン もやし、人参、青のり なめこ 黄桃缶	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー
19 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。						
20 月	ごはん ひじき 煮物	カニ玉のケチャップあんかけ もやしのなめたけ和え アンパンマンポテト、みかん缶 スープ(人参・玉葱)	砂糖 アンパンマンポテト	カニふぶき 卵	いんげん、万能葱 もやし、きゅうり なめたけ、みかん缶 人参、玉葱	麦茶 ウエハース	ヤクルト 揚げ菓子
21 火	* 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 水	ごはん 大根煮物	クリームシチュー スパゲティサラダ ポークビッツ パイン缶、麦茶	じゃが芋、サラスパ マヨネーズ	若鶏もも皮なし ポークビッツ 魚肉ソーセージ	コーン缶、人参、玉葱 レタス、きゅうり グリーンピース パイン缶	麦茶 クラッカー	牛乳 かりんとう
23 木	ごはん ほうれん草 ごま和え	生姜味噌おでん ところてんサラダ チーズ、オレンジ めかぶ納豆	ごま油	鶏肉団子、はんぺん うずら卵水煮缶 チーズ、ひきわり納豆 魚肉ソーセージ	大根、人参、生姜 レタス、きゅうり ところてん、オレンジ めかぶ	麦茶 せんべい	ぶどう ジュース ビスケット
24 金	ごはん 鮭缶	野菜コロッケ 切干大根煮物 レタスサラダ、洋梨缶 すまし汁(豆腐、わかめ)	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	切干大根、しいたけ 人参、きゅうり レタス、わかめ 洋梨缶	麦茶 ビスケット	牛乳 バナナ クレープ
25 土	ごはん 枝豆	豚肉の生姜焼き きゅうりの昆布和え かぼちゃ甘煮、みかん缶 味噌汁(人参、玉葱)	油、砂糖 かぼちゃ バター	豚肩ロース	玉葱、きゅうり もやし、人参 塩昆布、みかん缶	麦茶 クラッカー	ゼリー せんべい
26 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。						
27 月	ごはん 白菜 おかか和え	なすと豚ひき肉カレー れんこんきんぴら チキンナゲット 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 ごま油、糸こんにゃく	豚ひき肉 脱脂粉乳 チキンナゲット ごま	なす、人参、玉葱 れんこん、しいたけ グリーンピース 黄桃缶	麦茶 せんべい	牛乳 ウエハース
28 火	ごはん はんぺん 煮物	麻婆春雨 レタスツナサラダ アンパンマンポテト、オレンジ スープ(卵、わかめ)	春雨、ごま油 アンパンマンポテト マヨネーズ	豚ひき肉 ツナ缶、卵	人参、しいたけ レタス、きゅうり わかめ オレンジ	麦茶 ウエハース	牛乳 クッキー
29 水	ごはん チンゲン菜 のり和え	さばの塩焼き ラーメンサラダ うずら卵煮物、パイン缶 味噌汁(キャベツ、油揚げ)	茹で中華麺 ごまドレッシング	さば うずら卵水煮缶 魚肉ソーセージ 油揚げ	大根、レタス、きゅうり キャベツ パイン缶	麦茶 クラッカー	麦茶 フライド ポテト
30 木	ごはん ところてん	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 ごま	白菜、人参、玉葱 ごぼう、きゅうり バナナ	麦茶 クッキー	牛乳 かりんとう
31 金	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	豚ひき肉 生揚げ	きゅうり、もやし 人参、玉葱 ふのり、みかん缶 ふりかけ	麦茶 ビスケット	ヨーグルト クッキー

<給食室から>

- * 3日のひな祭りお誕生会は園児全員に「五日炊き込みご飯」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)
- * 7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)
- * 10日のお別れ会は、以上児全員ご飯持参で、お願いいたします。
- * 新メニューは、20日の「かに玉のケチャップあんかけ」です。
- * 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。

