

献立予定表 3月上旬

今月の目標 : 良い姿勢で食事をしましょう。

2016年

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 |
| 1火 | ごはん はんぺん煮 | ミートローフ 切り昆布炒め 長芋オクラサラダ りんご、味噌汁 | パン粉、片栗粉、油 長芋 | 豚ひき肉 | 切り昆布、玉葱、人参 コーン缶、グリーンピース オクラ | 緑茶 クッキー | コーラス ウエハース |
| 2水 ※ | ごはん 大根煮物 | コーンシチュー 春雨酢の物、シュウマイ もやしのごま和え 黄桃缶、麦茶 | じゃが芋、春雨 | 脱脂粉乳、ウインナー ロースハム、ごま | 玉葱、コーン缶、人参 きゅうり、レタス、もやし | ぶどう ジュース せんべい | マミー ビスケット |
| 3木 ★お誕生会★ | 二色そぼろ丼(卵そぼろ、豚そぼろ) エビフライ、カップグラタン ほうれん草サラダ、かまぼこ 桃ゼリー、味噌汁 | マカロニ、パン粉 小麦粉、油 マヨネーズ | 卵、豚ひき肉、エビ ピザ用チーズ かまぼこ、ロースハム | キャベツ、玉葱 ほうれん草、人参 コーン缶 | 野菜 ジュース クラッカー | 牛乳 ひなあられ 梅ケーキ | |
| 4金 | ごはん コーンバター | 鮭じゃが汁、エビッコ ラーメンサラダ チンゲン菜のり和え ミートボール、みかん | じゃが芋、茹で中華麺 | 鮭、ロースハム | 人参、玉葱、レタス きゅうり、チンゲン菜 焼きのり | ヤクルト ビスケット | オレンジ ジュース 揚げ菓子 |
| 5土 | ごはん 里芋煮物 | チンジャオロースー フレンチサラダ うずら卵煮物、ミニマト スープ、ふりかけ | フレンチドレッシング | 豚肩ロース うずら卵水煮缶 | ピーマン、赤ピーマン もやし、人参、きゅうり キャベツ | 麦茶 クッキー | 豆乳 せんべい |
| 6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。 | | | | | | |
| 7月 | ごはん 昆布煮 | 生揚げ味噌炒め もやしニラ納豆和え かぼちゃ甘煮 キウイ、スープ | 油、砂糖 | 生揚げ、豚ひき肉 挽きわり納豆 | にら、もやし、人参 かぼちゃ、玉葱 | 緑茶 クラッカー | 牛乳 かりんとう |
| 8火 ★お別れ会★ | おにぎり  | 鶏肉のからあげ ポテトサラダ ほうれん草ツナ和え オレンジ、スープ | 油、片栗粉 じゃが芋、マヨネーズ | 鶏肉、ツナ缶 | きゅうり、人参、玉葱 コーン缶、ほうれん草 | 麦茶 ウエハース | ジュース クロワッサン サンド |
| 9水 | ごはん さつま芋煮 | さばの味噌煮 かぶのそぼろ煮 きゅうりコーン和え ミニマト、スープ | 油 | さば、豚ひき肉 | かぶ、人参、玉葱 きゅうり、コーン缶 | 緑茶 せんべい | スポロン ビスケット |
| 10木 | ごはん いんげん ソテー | なすと豚挽き肉のカレー ビーフン野菜ソテー レンコンもち焼き、チーズ りんご、麦茶 | じゃが芋、ビーフン 小麦粉 | 豚ひき肉、脱脂粉乳 | 玉葱、なす、人参 レンコン、グリーンピース コーン缶 | ぶどう ジュース クッキー | 牛乳 揚げ菓子 |
| 11金 | ごはん ちくわ煮 | イカリングフライ レタスサラダ ナポリタン、黄桃缶 すまし汁、味付けのり | パン粉、小麦粉、油 フレンチドレッシング スパゲティ | イカ、ベーコン | レタス、きゅうり ピーマン、玉葱、人参 | 麦茶 ウエハース | りんご ジュース クラッカー |
| 12土 | ごはん 粉ふき芋 | 麻婆豆腐 シルバーサラダ ポークビッツ、枝豆 パイン缶、麦茶 | 春雨、マヨネーズ | 絹ごし豆腐、豚ひき肉 ポークビッツ 魚肉ソーセージ | しいたけ、人参、玉葱 レタス、きゅうり、ねぎ | 緑茶 せんべい | ゼリー クッキー |
| 13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。 | | | | | | |
| 14月 | ごはん アスパラ ごま和え | オムレツミートソース ひじきの煮物 もやしゆかり和え ミニゼリー、味噌汁 | 油、糸こんにゃく | 卵、豚ひき肉 | ひじき、人参、玉葱 しいたけ、もやし | ヤクルト ビスケット | 野菜 ジュース 揚げ菓子 |
| 15火 | ごはん 生揚げ煮 | 白菜クリーム煮 ブロッコリー卵サラダ ソーセージソテー、麦茶 ところてん、黄桃缶 | マヨネーズ | 卵、魚肉ソーセージ | 白菜、玉葱、人参 ブロッコリー、ところてん | オレンジ ジュース ウエハース | 牛乳 クラッカー |

給食室から

*3日のお誕生会は二色そぼろのご飯にかけて食べますので、白ご飯を持たせるようお願いいたします。

*8日のお別れ会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)

※2日は食育の日として「良い姿勢で食事をしましょう」の話をします。

*緑色の給食の文字は新メニューの献立です。

*オレンジ色のおやつは手作りおやつの日です。

*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。

*給食アンケートについて・・・「おやつだけではなく、給食にも主食を麺類にできないのですか?」という質問をいただきました。給食の運営上、以上児は「ごはん持参」となっておりますので、給食の主食は「ご飯」になります。おかずやおやつで麺類を提供いたしますのでご了承をよろしくお願いいたします。



献立予定表 3月下旬

今月の目標 : 良い姿勢で食事をしましょう。

2016年

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 | ごはん 里芋煮物 | 白身魚タルタルソース 切干し大根煮物 ほうれん草カニ和え りんご、味噌汁 | 春巻きの皮、油 | タラ、カニふぶき | ほうれん草、人参 切干し大根、しいたけ | 麦茶 クッキー | ジャージャー めん |
| 17木 | ごはん かまぼこ | ハヤシライス チンゲン菜ツナ和え 大根煮物、鶏つくね みかん、麦茶 | じゃが芋 | 豚肩ロース、脱脂粉乳 ツナ缶 | 玉葱、人参、大根 チンゲン菜、キャベツ グリーンピース | りんご ジュース クラッカー | コーラス せんべい |
| 18金 | ごはん コーンバター | 豆腐と桜エビの団子揚げ 小松菜納豆和え ウインナー、パイン缶 すまし汁、鮭フレーク | 片栗粉、油 | 木綿豆腐、豚ひき肉 桜エビ(乾燥) 挽きわり納豆 ウインナー | 小松菜、キャベツ 人参、ねぎ | 緑茶 ビスケット | マミー ウエハース |
| 19土 | ごはん さんま缶 | 白菜中華炒め さつま芋サラダ 焼き豚、ミニトマト 味噌汁 | ごま油、片栗粉 さつま芋、マヨネーズ | 豚肩ロース、焼き豚 | 白菜、玉葱、しめじ 人参、ピーマン | 麦茶 せんべい | ぶどう ジュース クッキー |
| 20日 | <p style="text-align: center;">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。</p> | | | | | | |
| 21月 | <p style="text-align: center;">振 替 休 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。</p> | | | | | | |
| 22火 | ごはん ほうれん草 納豆和え | 煮込みハンバーグ レンコンサラダ はんぺん煮物 黄桃缶、スープ | 油、マヨネーズ | 豚ひき肉、ごま はんぺん | 玉葱、しめじ、レンコン 人参、きゅうり | 緑茶 ビスケット | 牛乳 かりんとう |
| 23水 | ごはん 豆腐煮物 | ポテトオムレツ きんぴらごぼう わかめ酢の物 キウイ、味噌汁 | じゃが芋、油 | 卵、ごま | 玉葱、ピーマン、人参 ごぼう、わかめ きゅうり | 麦茶 ウエハース | 豆乳 揚げ菓子 |
| 24木 | ごはん ブロッコリー おかか和え | ぶり大根、りんご マカロニサラダ うずら卵煮物 味噌汁、オクラ納豆 | マカロニ、マヨネーズ | ぶり、うずら卵水煮缶 挽きわり納豆 魚肉ソーセージ | 大根、きゅうり、レタス オクラ、人参 | 緑茶 せんべい | 牛乳 クッキー |
| 25金 | ごはん さつま揚げ煮 | カニクリームコロッケ ミートスパゲティ コロコロサラダ オレンジ、スープ | パン粉、小麦粉、油 マヨネーズ、スパゲティ | カニ、牛乳、豚ひき肉 かまぼこ | 人参、玉葱、レタス きゅうり、コーン缶 | 麦茶 クラッカー | フルーツ プリン |
| 26土 | ごはん ひじき煮 | ツナじゃが煮 ほうれん草ごま和え 卵豆腐、ミニトマト 味噌汁、ふりかけ | じゃが芋 結び糸こんにゃく | ツナ缶、ごま、卵豆腐 | ほうれん草、玉葱 人参、キャベツ | ヤクルト ビスケット | オレンジ ジュース せんべい |
| 27日 | <p style="text-align: center;">*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。</p> | | | | | | |
| 28月 | ごはん いんげん ソテー | いとこ煮 ところてんサラダ ミニフランク、枝豆 パイン缶、麦茶 | ごま油 | 卵、豚肩ロース 焼き豆腐、ミニフランク ロースハム | 白菜、玉葱、人参 レタス、きゅうり、ねぎ | 野菜 ジュース クラッカー | マミー クッキー |
| 29火 | ごはん ちくわ煮 | 豚汁、みかん もやしとクラゲの酢の物 パンプキンサラダ チキンゲット、エビッコ | 砂糖、マヨネーズ | 豚バラ肉、焼き豆腐 ごま、クラゲ(塩抜き) ベーコン | 白菜、玉葱、しめじ もやし、きゅうり、人参 かぼちゃ、ねぎ | 緑茶 せんべい | 牛乳 ピザ トースト |
| 30水 | ごはん 切干し大根 煮物 | エビカレー 小松菜鶏さき身 生揚げ煮物、チーズ 黄桃缶、麦茶 | じゃが芋 | エビ、脱脂粉乳 鶏さき身、生揚げ チーズ | 小松菜、玉葱、人参 コーン缶、グリーンピース | りんご ジュース ウエハース | コーラス クッキー |
| 31木 | ごはん 昆布煮 | 麻婆春雨 キャベツハムサラダ 肉団子、ミニトマト 味噌汁、ふりかけ | 春雨、ごま油 マヨネーズ | 豚ひき肉、ロースハム | キャベツ、きゅうり 人参、しいたけ コーン缶 | 麦茶 ビスケット | 牛乳 揚げ菓子 |

給食献立 レシピ (約4人分) 豆腐と桜エビの団子揚げ(木綿豆腐一丁、豚ひき肉400g、桜エビ(乾燥)15g、長葱1/3本、パン粉50g、醤油大さじ3杯、片栗粉、サラダ油)
 ①ボウルに、水を切った木綿豆腐、豚ひき肉、桜エビ(乾燥)、みじん切りの長葱、パン粉、醤油をいれてこねる。
 ②材料を丸めて、片栗粉をつけて、サラダ油で揚げたら、できあがり☆
 ※お好みでしょうゆやソースをつけて食べて下さい。