

# 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。

2018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 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 木	ごはん 里芋煮物	親子煮 ビーフン野菜ソテー ウインナー、枝豆 パイン缶、麦茶	ビーフン、油	卵、若鶏もも皮なし 焼き豆腐	白菜、玉葱、もやし 人参、ねぎ、ピーマン	ぶどう ジュース クラッカー	牛乳 せんべい	
2 金	ちらしずし、豆腐ハンバーグ ほうれん草のごま和え ミニトマト、ももゼリー すまし汁 ★ひなまつり★		油	豚ひき肉、木綿豆腐 すりごま(白)、卵	人参、しいたけ もやし、ほうれん草	麦茶 クッキー	牛乳 ひなあられ いちごムース	
3 土	ごはん さんま缶	生揚げ味噌炒め さつま芋ミルク煮 オクラコーンと和え 黄桃缶、スープ	砂糖、油 さつま芋	豚ひき肉、生揚げ 牛乳	玉葱、人参、万能葱 かぼちゃ、オクラ コーン缶	麦茶 ウエハース	ゼリー ビスケット	
4 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。*							
5 月	ごはん 切干し大根 煮物	納豆卵焼き もやしとクラゲの酢の物 ソーセージケチャップ煮 洋梨缶、味噌汁	油	卵、塩クラゲ 挽きわり納豆 魚肉ソーセージ	もやし、きゅうり 人参、万能葱	麦茶 クラッカー	スポロン 揚げ菓子	
6 火	ごはん いんげん 煮物	チキンカレー れんこんサラダ シュウマイ、チーズ みかん缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	鶏ひき肉、脱脂粉乳	れんこん、きゅうり 玉葱、人参、コーン缶 グリーンピース	野菜 ジュース クッキー	牛乳 ウエハース	
7 水	おにぎり 	鮭じゃが汁 ひじきの煮物 パンプキンサラダ 焼き豚、ミニトマト	じゃが芋、砂糖 マヨネーズ	鮭、焼き豆腐 焼き豚、ベーコン 油揚げ	人参、玉葱、しめじ 万能葱、しいたけ かぼちゃ	麦茶 せんべい	プリン アラモード	
8 木	ごはん ほうれん草 のり和え	中華丼 シルバーサラダ ミニフランク、卵豆腐 パイン缶、麦茶	ごま油、片栗粉 春雨	豚肩ロース、かまぼこ うずら卵水煮缶 卵豆腐	白菜、玉葱、人参 きゅうり、しめじ レタス	オレンジ ジュース クラッカー	コーラス クッキー	
9 金	ごはん 醤油昆布	長芋と豚肉の炒め物 チンゲン菜ツナ和え ミートボール 黄桃缶、すまし汁	長芋、油	豚肩ロース ツナ缶	人参、玉葱 チンゲン菜、キャベツ	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう	
10 土	ごはん 大根煮物	肉豆腐 もずくの酢の物 かまぼこ、洋梨缶 味付けのり、味噌汁	油	木綿豆腐 豚肩ロース かまぼこ	玉葱、人参、にら もずく、きゅうり	麦茶 クッキー	ぶどう ジュース クッキー	
11 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。*							
12 月	ごはん コーン煮 ★お別れ会★	肉じゃが ごぼうサラダ チキンゲット、いちご 春雨スープ、エビッコ	じゃが芋 糸こんにゃく 春雨	若鶏もも皮なし すりごま(白)	玉葱、人参、ごぼう きゅうり、グリーンピース	麦茶 ビスケット	牛乳 ホットケーキ	
13 火	ごはん 小松菜 ごま和え	生姜味噌おでん ところてんサラダ ポテトフライ、ミニゼリー 鮭フレーク	ごま油、じゃが芋	うずら卵水煮缶 はんぺん、鶏つくね	ところてん、大根 人参、レタス、きゅうり	麦茶 ウエハース	りんご ジュース せんべい	
14 水	ごはん チーズ	白菜クリーム煮 ブロッコリー卵サラダ ポークビッツ、みかん缶 生揚げ煮物、麦茶	マヨネーズ	脱脂粉乳、卵 ベーコン、生揚げ ポークビッツ	白菜、ブロッコリー コーン缶、玉葱、人参	オレンジ ジュース クラッカー	豆乳 クッキー	
15 木 ※	ごはん 粉ふき芋	ほっけの照焼き 小松菜納豆和え もやしのコンソメ炒め パイン缶、味噌汁	油	ほっけ 挽きわり納豆	小松菜、キャベツ もやし、人参、玉葱 ピーマン	麦茶 ビスケット	マミー 揚げ菓子	
給食室から		*2日のひなまつりは園児全員に「ちらしずし」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) ※15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。						

# 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。

2018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 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			
16 金	ごはん 白菜 おかか和え	ハヤシライス サラダうどん シュウマイ、枝豆 黄桃缶、麦茶	じゃが芋、茹でうどん	豚肩ロース 脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	玉葱、グリーンピース 人参、レタス、きゅうり	ぶどう ジュース ウエハース	牛乳 クッキー	
17 土	ごはん ちくわ煮	鶏肉ケチャップ煮 キャベツ昆布和え かぼちゃ甘煮、ミニトマト のり佃煮、味噌汁	砂糖	若鶏皮ももなし	キャベツ、人参、玉葱 塩こんぶ、かぼちゃ ピーマン	麦茶 クラッカー	ヨーグルト ビスケット	
18 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。							
19 月	ごはん 里芋煮物	チンジャオロースー 春雨酢の物 かまぼこ、洋梨缶 鮭フレーク、すまし汁	春雨、油	豚肩ロース、かまぼこ 魚肉ソーセージ	ピーマン、赤ピーマン 人参、玉葱、もやし	麦茶 せんべい	コーラス クッキー	
20 火	ナポリタン、エビカツ 小松菜サラダ、ミニマト フルーツミックス ★お誕生会★ わかめスープ		油、パン粉、小麦粉 サラスパ	ベーコン、牛乳	玉葱、ピーマン 小松菜、キャベツ 人参、コーン缶	麦茶 クラッカー	牛乳 バナナポート	
21 水	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。							
22 木	ごはん 醤油昆布	さめの煮つけ 豚肉と人参の炒り煮 チンゲン菜カニ和え みかん缶、味噌汁	油、糸こんにゃく	さめ、牛乳 豚肩ロース かにふぶき	人参、青のり チンゲン菜、キャベツ	麦茶 ウエハース	オレンジ ジュース ビスケット	
23 金	ごはん 生揚げ煮物	なすと豚挽き肉のカレー フレンチサラダ チーズ、チキンナゲット パイン缶、麦茶	じゃが芋 フレンチドレッシング	豚ひき肉、脱脂粉乳 チーズ	なす、玉葱 人参、キャベツ グリーンピース	野菜 ジュース クラッカー	フルーチェ	
24 土	ごはん 切干し大根 煮物	豚肉の生姜焼き ニラもやし納豆和え はんぺん煮物 黄桃缶、スープ	油	豚肩ロース 挽きわり納豆 はんぺん	玉葱、人参、もやし ニラ	麦茶 せんべい	スポロン クッキー	
25 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。							
26 月	ごはん いんげん 煮物	コーンシチュー ミートボール、卵豆腐 ほうれん草春雨和え 洋梨缶、麦茶	じゃが芋、春雨	脱脂粉乳、ベーコン 魚肉ソーセージ	玉葱、コーン缶、人参 ほうれん草	ヤクルト クラッカー	りんご ジュース 揚げ菓子	
27 火	ごはん 小松菜 ツナ和え	豚汁、鶏つくね マカロニサラダ 大根煮物 黄桃缶、味付けのり	マカロニ、マヨネーズ	豚バラ肉 魚肉ソーセージ	しめじ、レタス、人参 白菜、ねぎ、大根	麦茶 せんべい	牛乳 ピザトースト	
28 水	ごはん ブロッコリー カニ和え	麻婆豆腐 れんこんサラダ ウインナー、みかん缶 うずら卵煮物、麦茶	マヨネーズ、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉 うずら卵水煮缶 ウインナー	れんこん、きゅうり 人参、ピーマン しいたけ、ねぎ	オレンジ ジュース クッキー	コーラス せんべい	
29 木	ごはん ひじき煮	鶏肉の野菜あんかけ さつま芋ミルク煮 もやしゆかり和え ミニマト、味噌汁	片栗粉、ごま油 さつま芋、砂糖	若鶏もも皮なし 牛乳	ピーマン、赤ピーマン 人参、玉葱、もやし	麦茶 クラッカー	牛乳 かりんとう	
30 金	ごはん ソーセージ	ベーコンオムレツ 小松菜ナムル とろろてん、パイン缶 ふりかけ、スープ	油、ごま油	卵、ベーコン すりごま(白)	もやし、玉葱、小松菜 人参、とろろてん	麦茶 ウエハース	野菜 ジュース せんべい	
31 土	ごはん 鮭缶	野菜コロッケ、のり佃煮 きんぴらごぼう きゅうりサラダ 洋梨缶、すまし汁	油、じゃが芋 パン粉	いりごま(白)	人参、ごぼう きゅうり、レタス しいたけ	麦茶 クッキー	ゼリー クラッカー	
給食室から		*20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) *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。						