

3月 献立表

月	火	水	木	金	土
31日 家庭保育協力日					1日
お弁当日					
せんべい ばりこ	せんべい			せんべい 味しらべ(しょうゆせんべい)	
3日 ひなまつり	4日	5日	6日 そら・たいようお弁当日	7日	8日
ひなまつり寿司 生鮭・塩鮭・人参・コーン・絹さや ごま・すし酢・酢・七分管米	さつまいもコロッケ さつまいも・豚ミンチ・玉ねぎ・片栗粉・塩麹・油 パン粉	さわらのもみじ焼き 鮭・塩麹・酒・しょうゆ・マヨドレ・人参	鶏肉のトマトソースかけ 鶏もね肉・塩麹・油・ホールトマト・しめじ・パセリ・塩・三温糖	白身魚のバター醤油焼き 白身魚・酒・みりん・しょうゆ・無塩バター・片栗粉	野菜炒め丼 豚肉・玉ねぎ・ニラ・キャベツ・人参・しょうゆ・みりん・三温糖・油・七分管米
からあげ 鶏もね肉・生姜・三温糖・酒・みりん・しょうゆ・片栗粉・油	梅肉炒め れんこん・ピーマン・ツナ・梅肉・塩麹・みりん・三温糖・しょうゆ・オリーブ油	煮浸し 白菜・油揚げ・昆布・みりん・しょうゆ・片栗粉	こんにやく炒め 糸こんにやく・ごぼう・玉ねぎ・昆布・三温糖・しょうゆ・油	大根麻婆 豚ミンチ・大根・三つ葉・三温糖・しょうゆ・片栗粉	
マヨドレサラダ キャベツ・菜の花・かぼちゃ・人参・マヨドレ・しょうゆ	カリカリじゃこ和え 大根・水菜・チンゲン菜・ちりめんじゃこ・すし酢・しょうゆ	磯辺和え 小松菜・カリフラワー・玉ねぎ・パプリカ・焼きのり・しょうゆ	里芋ポテトサラダ 里芋・ブロッコリー・人参・かつお・塩麹・しょうゆ・三温糖	ボン酢和え 長いも・ほうれん草・人参・かぼす果汁・すし酢・しょうゆ	
清汁 豆腐・わかめ・しょうゆ・塩	みそ汁 ほうれん草・もやし・人参・みそ	スープ じゃがいも・レタス・豆苗・しょうゆ・塩・コンソメ	清汁 鮎・キャベツ・かぶ・しょうゆ・塩	みそ汁 春菊・玉ねぎ・なめこ・みそ	清汁 かぼちゃ・白菜・しょうゆ・塩
抹茶ケーキ いちご 牛乳	ミルククリームパン 牛乳	ぶどうゼリー オレンジ 牛乳	キンパ風おにぎり りんご 牛乳	大豆のおやき 牛乳	せんべい
小麦粉・BP・豆乳・三温糖・抹茶・油・酢・塩・生クリーム	食パン・牛乳・三温糖・コーンスターチ	ぶどうジュース・三温糖・寒天・水	キンパ風おにぎり・りんご・牛乳 豚ミンチ・ねぎ・人参・ごま・焼きのり・ごま油・三温糖・しょうゆ・みそ・七分管米	大豆おやき・白玉粉・青のり・しょうゆ・塩・ごま油	きなこもせんべい
10日	11日	12日 お別れ遠足(たいよう)	13日	14日 お誕生会	15日
夕焼けごはん 玉ねぎ・パプリカ(赤)・ツナ・ねぎ ケチャップ・しょうゆ・塩・油・七分管米	さばの味噌煮 鯖・生姜・赤みそ・みそ・しょうゆ・三温糖・みりん・酒	鶏手羽元の梅焼き 鶏手羽元・梅肉・三温糖・みりん・しょうゆ	すき焼き風煮 豚肉・白ねぎ・人参・糸こんにやく・しょうゆ・三温糖・みりん・酒	おすし 高野豆腐・かんぴょう・ちりめんじゃこ・人参・カイワレ大根・三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢・七分管米	豚みそ丼 豚肉・玉ねぎ・しめじ・小松菜・人参・酒・塩麹・みりん・しょうゆ・みそ・片栗粉
鶏肉のカレー焼き 鶏もね肉・しょうゆ・みりん・カレー粉	長いも煮 長いも・しょうゆ・三温糖	ひじき煮 ひじき・玉ねぎ・三度豆・三温糖・しょうゆ	ブロッコリーのきのこあんかけ ブロッコリー・えのき・しめじ・みりん・三温糖・しょうゆ・塩・片栗粉	和風ハンバーグ 豚ミンチ・玉ねぎ・塩・パン粉・三温糖・みりん・しょうゆ・水・片栗粉	
ナムル さつまいも・小松菜・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油	ゆかりサラダ 白菜・れんこん・パプリカ・ゆかり粉・しょうゆ	納豆和え ひきわり納豆・ほうれん草・人参・しょうゆ・かつお	ごま和え キャベツ・春菊・人参・ごま・ねりごま・三温糖・しょうゆ	マカロニサラダ マカロニ・ブロッコリー・パプリカ・マヨドレ・塩	
清汁 かぶ・チンゲン菜・しょうゆ・塩	スープ 人参・玉ねぎ・水菜・しょうゆ・塩・コンソメ	清汁 大根・ごぼう・春雨・しょうゆ・塩	みそ汁 豆腐・小松菜・とろろこんぶ・みそ	クリームコーンスープ さつまいも・レタス・畑菜・クリームコーン・しょうゆ・塩・コンソメ	清汁 かぼちゃ・ほうれん草・しょうゆ・塩
きなこスコーン 牛乳	みたらしパン 牛乳	おにぎり りんご 牛乳	じゃがいものニラチヂミ オレンジ 牛乳	ココアケーキ 牛乳	せんべい
小麦粉・きなこ・BP・黒砂糖・油・豆乳	食パン・三温糖・しょうゆ・片栗粉	わかめ・七分管米	じゃがいも・ニラチヂミ・オレンジ・牛乳 じゃがいも・小麦粉・ニラ・ベーコン・ごま油・しょうゆ・塩・三温糖	ホットケーキミックス・三温糖・スキムミルク・牛乳・ココア	ばりこ
17日	18日	19日 お別れ会	20日 国民の休日	21日	22日 卒園式
炊き込みごはん れんこん・しめじ・三つ葉・みりん・しょうゆ 七分管米	ぶりの照り焼き 鮭・酒・みりん・しょうゆ・塩麹	キーマライス 豚ミンチ・パプリカ(赤)・コーン・カレー粉 三温糖・しょうゆ・ケチャップ・塩・七分管米		鮭のホイル焼き 生鮭・えのき・エリンギ・まいたけ・しょうゆ・三温糖・酒	卒園式 お弁当日
鶏肉のさっぱり焼き 鶏もね肉・しょうゆ・みりん・かぼす果汁・油	高野豆腐煮 高野豆腐・人参・しょうゆ・三温糖	チキン南蛮 鶏もね肉・塩麹・酒・みりん・しょうゆ・片栗粉・玉ねぎ・パセリ・マヨドレ・塩		切干大根の炒め煮 切干大根・玉ねぎ・人参・三温糖・しょうゆ・油	
マヨしょうゆ和え チンゲン菜・大根・パプリカ・玉ねぎ・マヨドレ・しょうゆ	酢の物 ほうれん草・カリフラワー・人参・しょうゆ・すし酢・三温糖	サラダ キャベツ・かぼちゃ・人参・しょうゆ・三温糖・油		レモンサラダ 白菜・ブロッコリー・パプリカ・しょうゆ・三温糖 レモン果汁・オリーブ油	
清汁 さつまいも・人参・ねぎ・しょうゆ・塩	みそ汁 鮎・白菜・水菜・みそ	スープ かぶ・ベーコン・小松菜・しょうゆ・塩・コンソメ		清汁 長いも・もやし・ほうれん草・しょうゆ・塩	
黒糖ういろう 牛乳	黒ゴパン 牛乳	かわりぼたもち りんご 牛乳		オレンジケーキ いちご 牛乳	せんべい
米粉・上新粉・黒砂糖・水	黒すりごま・クリームチーズ・三温糖・食パン	七分付米・もち米・甘納豆・塩・きなこ		小麦粉・BP・三温糖・豆乳・油・マーメレード 粉糖	味しらべ(しょうゆせんべい)
24日	25日 かぜお弁当日	26日	27日	28日 家庭保育協力日	29日 家庭保育協力日
ひじきごはん ひじき・人参・油揚げ・みりん・しょうゆ・七分管米	厚揚げ肉豆腐 豚肉・厚揚げ・糸こんにやく・三度豆・酒・しょうゆ・三温糖・みりん	白身魚のおろしあんかけ 白身魚・塩麹・大根・三つ葉・しょうゆ・みりん・片栗粉	チンジャオロース 豚肉・パプリカ(赤)・ピーマン・葱・生姜・油・酒・しょうゆ・三温糖・塩麹・片栗粉	お弁当日	お弁当日
鶏肉のマヨドレ焼き 鶏もね肉・塩麹・しょうゆ・マヨドレ	パルサミコ炒め れんこん・玉ねぎ・パプリカ・パルサミコ酢・しょうゆ・みりん・三温糖・油	アマトリチャーナ マカロニ・玉ねぎ・ツナ・ケチャップ・塩・しょうゆ・油	焼きさつまいも さつまいも・油・塩麹		
マリネ キャベツ・じゃがいも・人参・しょうゆ・三温糖・酢・すし酢・油	かつお和え 白菜・レタス・人参・かつお・しょうゆ	彩りサラダ ほうれん草・ブロッコリー・人参・マヨドレ・しょうゆ	梅和え 小松菜・ごぼう・かぶ・人参・梅肉・三温糖・しょうゆ		
清汁 豆腐・小松菜・しょうゆ・塩	みそ汁 里芋・もやし・チンゲン菜・みそ	スープ キャベツ・コーン・豆苗・しょうゆ・塩・コンソメ	みそ汁 白菜・なめこ・わかめ・みそ		
レモン蒸しパン 牛乳	ジャム食パン 牛乳	のりしおポテト 果物 牛乳	おにぎり 果物 牛乳	せんべい	せんべい
ホットケーキミックス・三温糖・レモン果汁 ヨーグルト・牛乳・スキムミルク・無塩バター	食パン・ジャム	じゃがいも・塩麹・青のり・油・片栗粉	かつお・しょうゆ・七分管米	味しらべ(しょうゆせんべい)	きなこもせんべい

乳児の朝おやつ 月～金 牛乳
主食 七分付米