



3月 給食献立

2018年 西奈良ルーテル保育園

都合により献立を変更する事があります。

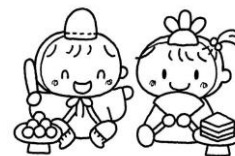
日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 白身魚のムニエル キャベツの和え物 味噌汁	牛乳 いよかん サラダせん	ホキ・かつお節 揚げ 味噌 牛乳	キャベツ 人参 大根 小松菜・いよかん	米・小麦粉・マーガリン タルタルソース・上白糖 しょうゆ・たべっ子ベイビー サラダせん
2	金	牛乳 バナナ	ひな寿司 がんもの煮物 すまし汁 ももゼリー	牛乳 ◎いちごケーキ	鮭フレーク・ひなまぼこ 錦糸玉子・小判型がんも 牛乳・鶏卵 ホイップ	きゅうり・人参 インゲン・菜の花 バナナ いちご	米・酢・上白糖 しょうゆ・花麩・桃ゼリー ホットケーキミックス・小麦粉 マーガリン・チョコ
3	土	牛乳 マリービスケット	けんちんうどん ほうれん草のおかか和え バナナ	牛乳 シュークリーム ぼたぼた焼	鶏肉 かつお節 牛乳	ごぼう・大根 人参・ねぎ しょうが・ほうれん草 バナナ	うどん・里芋 しょうゆ・上白糖 みりん・マリービスケット シュークリーム・ぼたぼた焼
5	月	牛乳 星たべよ	◎カレーライス ツナサラダ オレンジゼリー	牛乳 マシュマロサンド	豚ミンチ ツナ 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン	米・じゃが芋 カレールー・なたね油 マヨネーズ・オレンジゼリー 星たべよ・マシュマロ・ルヴァン
6	火	牛乳 バタークッキー	◎ミートスパゲティー かぼちゃサラダ コンソメスープ	お茶 カルシウムおにぎり	豚ミンチ コンソメ 牛乳 ちりめんじゃこ	玉ねぎ・人参・マッシュルーム トマト缶・ケチャップ・パセリ かぼちゃ・きゅうり・コーン しめじ・ねぎ・小松菜	スパゲティー・なたね油 ウスターソース・マヨネーズ バタークッキー・米 しょうゆ・ごま油・ごま
7	水	牛乳 味しらべ	ピラフ ハンバーグ ポテト コンソメスープ ストロベリーゼリー	牛乳 大学芋	ウインナー ハンバーグ コンソメ 牛乳	ミックスベジタブル ケチャップ 人参 白菜 パセリ	米・なたね油・マーガリン とんかつソース・スマイルポテト 植物油・ストロベリーゼリー 味しらべ・さつま芋・上白糖 みりん・しょうゆ・黒ごま
8	木	牛乳 オレンジ	ご飯 さわらの味噌焼き 白菜と竹輪の和え物 すまし汁	牛乳 ◎きなこバナナ	さわら・白味噌 ちくわ・絹ごし豆腐 牛乳 きな粉	白菜・人参 わかめ・えのき ねぎ・オレンジ バナナ・レモン果汁	米・上白糖 酒 しょうゆ メープルシロップ
9	金	牛乳 マリービスケット	ロールパン ◎鶏の唐揚げ ◎マカロニサラダ コンソメスープ	りんごジュース お誕生会ケーキ	鶏肉 コンソメ 牛乳 ホイップ	きゅうり・コーン 人参・玉ねぎ ほうれん草 みかん缶	ロールパン・しょうゆ・酒・小麦粉・片栗粉 なたね油・マカロニ・マヨネーズ マリービスケット・アップルジュース ロールケーキ・ストロベリーソース
10	土	牛乳 サラダせん	チキンライス 野菜スープ バナナ	牛乳 ぼたぼた焼 マリービスケット	コンソメ 鶏肉 牛乳	玉ねぎ・ミックスベジタブル ケチャップ キャベツ・しめじ 人参・バナナ	米・なたね油 サラダせん ぼたぼた焼 マリービスケット
12	月	牛乳 ぱりんこ	牛肉の柳川井 小松菜の和え物 味噌汁	牛乳 フライドポテト	牛肉・鶏卵 揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・ごぼう・人参 グリーンピース・小松菜 えのき・わかめ ねぎ・青のり	米・上白糖 しょうゆ・みりん おつゆ麩・ぱりんこ カットポテト・なたね油
13	火	牛乳 ビスコ	ご飯 さばのごま醤油焼き キャベツのゆかり和え けんちん汁	牛乳 セサミクッキー	さば 木綿豆腐 揚げ 牛乳	キャベツ・人参 しその香・大根 ごぼう ねぎ	米・しょうゆ・みりん 酒・ごま ビスコ・小麦粉 上白糖・有塩バター
14	水	牛乳 サラダせん	◎カレーうどん 白菜とさつま揚げの和え物 オレンジ	お茶 ためきおにぎり	豚肉 揚げ さつま揚げ 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ 白菜 オレンジ	うどん・カレールー・しょうゆ 片栗粉・上白糖 サラダせん・米 みりん・天かす
15	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 豚肉の生姜煮 ひじき煮 味噌汁	牛乳 ジャムサンド	豚肉・揚げ 厚揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・キャベツ 人参・しょうが ひじき・インゲン ねぎ	米・しょうゆ・上白糖 みりん・なたね油 たべっ子ベイビー・食パン マーガリン・いちごジャム
16	金	牛乳 バナナ	ご飯 鶏のマーメイド焼き 大根のごまだれサラダ 味噌汁	牛乳 ◎プリンアラモード	鶏肉 味噌 牛乳 ホイップ	大根・人参・わかめ コーン・ほうれん草 玉ねぎ・バナナ みかん缶・白桃缶	米・しょうゆ マーメイド・なたね油 ごまだれ プリンミックス
17	土	牛乳 マリービスケット	じゃこチャーハン 味噌汁 りんご	牛乳 ミニドーナツ 味しらべ	ちりめんじゃこ チキンスープ 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン かぼちゃ りんご	米・なたね油 しょうゆ・マリービスケット ミニドーナツ 味しらべ

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
19	月	牛乳 星たべよ	ご飯 赤魚の煮付け キャベツの昆布和え 豚汁	牛乳 ◎ごまチーズケーキ	赤魚・豚肉 味噌・牛乳 鶏卵 チーズ	しょうが・キャベツ きゅうり・人参 塩昆布・大根 ごぼう・ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・片栗粉 突きこんにやく・星たべよ ホットケーキミックス・ごま
20	火	牛乳 バタークッキー	ロールパン ビーフシチュー チンゲン菜サラダ オレンジ	お茶 チヂミ	牛肉・ツナ 牛乳 豚ミンチ 鶏卵	人参・玉ねぎ ブロッコリー・チンゲン菜 コーン・オレンジ にら・レモン果汁	ロールパン・じゃが芋 ビーフシチュールー・なたね油 マヨネーズ・バタークッキー・小麦粉 ごま油・しょうゆ・酢
22	木	牛乳 オレンジ	ご飯 ホイコーロー しゅうまい スープ	牛乳 じゃがバター焼き	豚肉・チキンスープ 赤だし・しゅうまい 絹ごし豆腐 牛乳	玉ねぎ・キャベツ 人参・ピーマン もやし・にら オレンジ・パセリ	米・しょうゆ 酒・上白糖 なたね油・じゃが芋 有塩バター
23	金	牛乳 マリービスケット	ご飯 肉じゃが 白菜の和え物 味噌汁	お茶 ◎バナナヨーグルト	牛肉 味噌 牛乳 ヨーグルト	人参・玉ねぎ 絹さや・白菜 コーン・わかめ ねぎ・バナナ	米・じゃが芋・糸こんにやく なたね油・上白糖・みりん しょうゆ・ごま・おつゆ麩 マリービスケット・コーンフレーク
24	土	牛乳 サラダせん	やしそば 中華スープ 青りんごゼリー	牛乳 雪の宿 たべっ子ベイビー	豚肉 チキンスープ 牛乳	もやし・キャベツ 人参・ねぎ チンゲン菜・玉ねぎ 椎茸	中華そば・焼きそばソース 青りんごゼリー・サラダせん 雪の宿 たべっ子ベイビー
26	月	牛乳 ぱりんこ	豚丼 ほうれん草の味噌和え すまし汁	牛乳 いちご蒸しパン	豚肉・色板 白味噌 揚げ 牛乳	玉ねぎ・人参 グリーンピース ほうれん草 わかめ	米・上白糖・みりん しょうゆ・酒・おつゆ麩 ぱりんこ・いちごジャム ホットケーキミックス
27	火	牛乳 ビスコ	ロールパン クリームシチュー ごぼうサラダ りんご	牛乳 フルーツポンチ	鶏肉 牛乳	人参・玉ねぎ ブロッコリー・ごぼう 絹さや・りんご 白桃缶・みかん缶	ロールパン・じゃが芋 クリームシチュールー・なたね油 ごまだれ・ビスコ 寒天・上白糖
28	水	牛乳 サラダせん	ご飯 肉豆腐 もやしの和え物 味噌汁	牛乳 ツナサンド	木綿豆腐・牛肉 味噌 牛乳 ツナ	玉ねぎ・人参 インゲン もやし 小松菜	米・みりん 上白糖・しょうゆ ごま・サラダせん 食パン・マヨネーズ
29	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 ◎コロッケ コールスローサラダ コンソメスープ	牛乳 レーズンクッキー	コンソメ 牛乳	ケチャップ・キャベツ 人参・コーン しめじ・大根 ねぎ・干しぶどう	米・牛肉コロッケ・なたね油 とんかつソース・マヨネーズ たべっ子ベイビー・小麦粉 マーガリン・上白糖
30	金	牛乳 バナナ	ご飯 さばの煮付け ひじき大豆 味噌汁	牛乳 ココアラスク	さば・大豆 揚げ 味噌 牛乳	しょうが・ひじき 人参・インゲン ごぼう・玉ねぎ ねぎ・バナナ	米・酒 しょうゆ 上白糖・おつゆ麩 マーガリン・ココア

≪ ひなまつり … 3月3日 ≫

★ひなまつりとは

女の子の節句として祝われている「ひなまつり」は、「ひな節句」「桃の節句」とも呼ばれ、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、ひしもち、あられなどを供える風習が全国にゆきわたっています。



3月は卒園児さんにとって最後の給食の月となります。
楽しい思い出の給食を提供したいと思い、卒園児さんにアンケートを取らせて頂きました。
メニューの前に○印が入ったものがリクエストメニューとなります。



