



3月の給食献立表



たかがみねこども園

日付	給食	おやつ	材料名 (○はおやつつ材料)		
			黄色の食品 (熱と力になる)	赤色の食品 (血や肉や骨になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)
1 土	きつねうどん 小松菜と豚ひき肉の炒め物 ふりかけごはん	牛乳 健康志向菓子	うどん、米、油	○牛乳、油揚げ、豚ひき肉	こまつな、にんじん、ねぎ
3 月	ごはん 白身魚の照焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの味噌汁	<ひな祭り> 牛乳 いちごジャム蒸しパン	米、○ホットケーキミックス、○油、砂糖、○砂糖、ごま、○いちごジャム	カレー、○牛乳、○卵、みそ、○コンデンスミルク	ほうれん草、かぼちゃ、にんじん、コーン、きょうな
4 火	食パン&ブルーベリージャム 焼きそば チンゲン菜スープ	ミルージュ(カルシウムプラス) 健康志向菓子 肝油ドロップ	焼きそばめん、食パン、油、ごま油、ブルーベリージャム	○ミルージュ、豚肉、○煮干し	キャベツ、もやし、チンゲンサイ、えのきたけ、にんじん、あおのり
5 水	ごはん 牛肉と春菊のすき焼き風煮 もやしの酢の物 はんぺんのすまし汁	牛乳 いももちピザ風	米、○じゃがいも、○片栗粉、砂糖、麩	○牛乳、牛肉、○チーズ、はんぺん、油揚げ	もやし、たまねぎ、しゅんぎく、にんじん、○パセリ、わかめ
6 木	<お誕生会メニュー> わかめごはん 鶏肉の照焼き ブロッコリーサラダ さつま芋のスープ	牛乳 りんごゼリー	米、さつまいも、○砂糖、砂糖、○りんごジュース、青じそドレッシング	○牛乳、鶏肉、○生クリーム、○ゼラチン、ハム	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、たまねぎ、炊き込みわかめ
7 金	ハヤシライス (ハムソテー) 大根のサラダ	牛乳 シフォンケーキ	米、○シフォンケーキ、じゃがいも、砂糖、ごま油、サウザンドアイランドドレッシング	○牛乳、牛肉、魚肉ハム、ツナ缶	たまねぎ、きょうな、だいこん、にんじん
8 土	親子丼 キャベツのごま和え ふのすまし汁	牛乳 健康志向菓子	米、片栗粉、麩、砂糖、ごま	○牛乳、鶏肉、卵	キャベツ、たまねぎ、にんじん、わかめ
10 月	<かみかみメニュー> もち麦ごはん 鮭の塩焼き さつま芋のそぼろ煮 豆腐の味噌汁	牛乳 小豆入りスコーン	米、さつまいも、○ホットケーキミックス、もち麦、片栗粉、砂糖、○バター、○小豆缶	○牛乳、さけ、豆腐、鶏ひき肉、みそ	ほうれん草、にんじん、グリーンピース
11 火	食パン&マーガリン 酢豚 大根のナムル わかめスープ	牛乳 健康志向菓子 肝油ドロップ	食パン、油、片栗粉、砂糖、マーガリン、ごま油、ごま	○牛乳、豚肉、○煮干し	だいこん、たまねぎ、チンゲンサイ、ピーマン、にんじん、わかめ、ねぎ、コーン
12 水	ごはん 鯖の味噌煮 (乳児組：白身魚) 小松菜のごま和え 玉葱のすまし汁	牛乳 バナナ 肝油ドロップ	米、砂糖、ごま	○牛乳、さば(乳児組：カレー)、みそ	○バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン、ねぎ、えのきたけ、しょうが(たんぼほ組：不使用)
13 木	牛丼 もやしのおかか和え 油揚げの味噌汁	牛乳 ぶどうゼリー(鉄分プラス)	米、砂糖	○牛乳、牛肉、みそ、油揚げ、かつお節	もやし、たまねぎ、ほうれん草、にんじん、きょうな、○ぶどうゼリー
14 金	<卒園お祝い膳> 彩りピラフ 鶏の唐揚げ ポテトサラダ 玉子スープ	牛乳 ロールケーキ	米、じゃがいも、○ロールケーキ、マヨネーズ、から揚げ粉、片栗粉、薄力粉、ごま油、バター	○牛乳、鶏肉、卵、ウインナー、ハム	ミックスベジタブル、ほうれん草、きゅうり
15 土	☆ 卒園式 ☆				

日付	献立名	おやつ	材料名 (○はおやつ material)		
			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
17月	ごはん 白身魚の照焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 ココアちんすこう	米、○薄力粉、○ラード、○砂糖、砂糖、ごま	○牛乳、カレイ、みそ	ほうれんそう、かぼちゃ、にんじん、コーン、きょうな、○ココア
18火	食パン&いちごジャム 焼きそば チンゲン菜スープ	野菜ジュース(にんじん&りんご/鉄分プラス) 健康志向菓子 肝油ドロップ	焼きそばめん、食パン、油、ごま油、いちごジャム	豚肉、○煮干し	キャベツ、もやし、チンゲンサイ、えのきたけ、にんじん、あおのり、○野菜ジュース(にんじん&りんご)
19水	ごはん 牛肉と春菊のすき焼き風煮 もやしの酢の物 はんぺんのすまし汁	牛乳 バター風味ポテト	米、○さつまいも、○油、○砂糖、砂糖、麩、○バター	○牛乳、牛肉、はんぺん、油揚げ	もやし、たまねぎ、しゅんぎく、にんじん、わかめ
21金	ビーフカレー (ウインナーソーテー) 大根のサラダ	牛乳 りんご 肝油ドロップ	米、じゃがいも、砂糖、ごま油、サウザンドアイランドドレッシング	○牛乳、牛肉、ポールウインナー、ツナ缶	○りんご、たまねぎ、きょうな、だいこん、にんじん
22土	スパゲティナポリタン コールスローサラダ 南瓜ポターシュ	牛乳 健康志向菓子	スパゲティ、青じそドレッシング、油、砂糖	○牛乳、牛乳、ウインナー、生クリーム、チーズ	かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん
24月	<かみかみメニュー> もち麦ごはん 鮭の塩焼き さつま芋のそぼろ煮 豆腐の味噌汁	牛乳 メロンパン	米、さつまいも、○ホットケーキミックス、もち麦、○マーガリン、○砂糖、片栗粉、砂糖	○牛乳、さけ、豆腐、鶏ひき肉、○卵、みそ	ほうれんそう、にんじん、グリーンピース
25火	食パン&マーガリン 酢豚 大根のナムル わかめスープ	牛乳 健康志向菓子 肝油ドロップ	食パン、油、片栗粉、砂糖、マーガリン、ごま油、ごま	○牛乳、豚肉、○煮干し	だいこん、たまねぎ、チンゲンサイ、ピーマン、にんじん、わかめ、ねぎ、コーン
26水	ごはん 鯖の味噌煮 (乳児組：白身魚) 小松菜のごま和え 玉葱のすまし汁	牛乳 フライドポテト	○じゃがいも、米、砂糖、○油、ごま	○牛乳、さば(乳児組：カレイ)、みそ	こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン、ねぎ、えのきたけ、しょうが(たんぼぼ組：不使用)
27木	牛丼 もやしのおかか和え 油揚げの味噌汁	牛乳 パイン缶	米、砂糖	○牛乳、牛肉、みそ、油揚げ、かつお節	○パイナップル、もやし、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、きょうな
28金	春季特別保育(お弁当) / おやつ(牛乳・健康志向菓子)				
29土	☆ 入園式・始業式☆				
31月	春季特別保育(お弁当) / おやつ(牛乳・健康志向菓子)				

※入荷の都合等により、献立を変更することがありますがご了承ください。

※料理酒、こしょうを使用する場合があります。

※だしは、煮干し/昆布/鰹節/鯖節/飛魚/椎茸のいずれかを使用しています。

※肝油ドロップはビタミンA 補給のため、2歳児(ちゅうりっぷ組)以上のクラスに提供します。(肝油ドロップは栄養機能食品です)

※食物アレルギーの場合、アレルギー物質の除去もしくは代替品での対応をします。
(医師の診断書を提出してください)

※りんごや梨は国の事故防止ガイドラインに基づき、1歳半ごろまで加熱して提供します。

お弁当日

- ・ さくら : 19 日
- ・ ゆり : 5 日

・28日・31日は申し込み園児
全員お弁当になります。