



3月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	ケチャップライス スープ オレンジ	米・鶏肉・ミックスベジタブル・鶏がらスープの素・塩・こしょう・ケチャップ しめじ・キャベツ・玉葱・じゃが芋・鶏がらスープの素 オレンジ	おせんべい おやつパン
3 (月)	ちらし寿司 つくね 菜の花和え すまし汁 いちご	米・すし酢・人参・れんこん・干し椎茸・油揚げ・みりん・醤油・刻みのり 鶏挽肉・長芋・れんこん・おろし生姜・葱・酒・片栗粉・醤油・砂糖・みりん 菜の花・もやし・醤油・砂糖・かつお節 豆腐・人参・舞茸・みつば・塩・薄口	ビスケット ひなまつりケーキ (小麦粉・無塩バター・砂糖・卵・ ベーキングパウダー・抹茶・ いちごパウダー)
4 (火)	ごはん 五目炒め 塩っぺ和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・ごま油・キャベツ・ニラ・人参・たけのこ・醤油・塩・鶏がらスープの素 きゅうり・もやし・塩っぺ・醤油 油揚げ・玉葱・なめこ・カットわかめ・味噌	リッツ おやつパーティー
5 (水)	豚しぐれごはん 鮭の照り焼き ツナ和え 味噌汁 いよかん	米・豚肉・玉葱・醤油・砂糖・おろし生姜・油・もみのり 鮭・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 キャベツ・切干大根・人参・ツナ・醤油・砂糖 白菜・もやし・ごぼう・葱・味噌	干し芋 のりせんべい (餃子の皮・かつお節・焼きのり・ コーン・マヨネーズ・醤油)
6 (木)	豆乳丸パン からあげ サラダ カレースープ バナナ	豆乳丸パン 鶏肉・おろし生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・油 大根・アスパラガス・すりごま・酢・砂糖・薄口・油 豚挽肉・油・しめじ・じゃが芋・玉葱・鶏がらスープの素・塩・こしょう・カレー粉 バナナ	おせんべい スイートポテト (さつまいも・砂糖・バター・ 豆乳生クリーム)
7 (金)	ごはん 麻婆春雨 チョレギ風サラダ わかめスープ オレンジ	米 豚挽肉・ごま油・春雨・人参・玉葱・干し椎茸・葱・おろしにんにく・おろし生姜・ 醤油・酒・味噌・テンメンジャン・砂糖・中華だしの素・片栗粉 キャベツ・人参・ちくわ・もみのり・醤油・いりごま・ごま油・酢・砂糖 豆腐・カットわかめ・もやし・えのき・中華だしの素 オレンジ	ビスケット きょうりゅうドーナツ (小麦粉・ベーキングパウダー・ 油・砂糖・豆乳・揚げ油)
8 (土)	キャベツの肉味噌丼 けんちん汁 バナナ	米・豚挽肉・人参・玉葱・もやし・たけのこ・キャベツ・しめじ・味噌・醤油・酒・ 砂糖・みりん・油 鶏肉・里芋・人参・大根・葱・薄口・みりん・塩 バナナ	クラッカー おやつパン
10 (月)	ハヤシライス サラダ ウインナー オレンジ	米・豚肉・油・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・ハヤシルウ 白菜・人参・コーン・酢・砂糖・薄口・油 ウインナー オレンジ	スティックビスケット ビスケットサンド (ビスケット・いちごジャム)
11 (火)	ごはん 酢豚 バンサンスー スープ いよかん	米 豚肉・片栗粉・油・玉葱・人参・干し椎茸・ピーマン・砂糖・醤油・ケチャップ・酢 春雨・きゅうり・ツナ・ごま油・酢・砂糖・薄口・すりごま 豆腐・しめじ・玉葱・白葱・中華だしの素 いよかん	おせんべい マヨシュガートースト (食パン・砂糖・マヨネーズ)
12 (水)	ラーメン 中華きゅうり 青のりポテト りんご	中華麺・豚肉・玉葱・人参・もやし・コーン・椎茸・葱・中華だしの素・薄口・醤油・ 塩・こしょう・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・塩・ごま油・かつお節 じゃが芋・青のり・油・塩	リッツ ボーロ (小麦粉・無塩バター・砂糖・油)
13 (木)	ツナごはん 鶏肉の香味焼き なめたけ和え 豚汁 美生柑	米・ツナ・しそ・いりごま・醤油・砂糖・みりん 鶏肉・葱・にんにく・生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油 小松菜・切干大根・なめたけ・醤油 豚肉・油・里芋・ごぼう・大根・人参・味噌	ビスケット 黒糖蒸しパン (ホットケーキミックス・豆乳・ 黒糖・油)
14 (金)	ごはん さばのごま味噌煮 納豆和え すまし汁 バナナ	米 鯖・生姜・醤油・みりん・砂糖・酒・味噌・すりごま 白菜・もやし・納豆・醤油・もみのり 鶏肉・油・人参・椎茸・葱・薄口・塩	クラッカー もちもち抹茶パン (白玉粉・油・豆乳・砂糖・抹茶)
15 (土)	ごぼうとそぼろの混ぜご飯 味噌汁 オレンジ	米・ごぼう・豚挽肉・葱・おろし生姜・酒・醤油・砂糖・油 玉葱・えのき・大根・みつば・味噌 オレンジ	おせんべい おやつパン
17 (月)	ごはん 鶏肉のマヨぼん焼き ひじきの炒め煮 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・マヨネーズ・ボン酢・醤油・みりん・酒 ひじき・油揚げ・人参・醤油・砂糖・みりん・酒・油 しめじ・キャベツ・さつまいも・白葱・味噌	スティックビスケット きな粉パイ (パイシート・きな粉・いりごま・ グラニュー糖)

	献立名	材料名	おやつ
18 (火)	 必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します。		おせんべい ゼリー
19 (水)	ごはん 鱈の甘辛焼き きんぴらごぼう 味噌汁 りんご	米 鱈・おろし生姜・砂糖・みりん・醤油・酒・片栗粉・油 ごぼう・豚挽肉・ごま油・人参・糸こんにゃく・砂糖・みりん・醤油・いりごま 厚揚げ・かぼちゃ・舞茸・カットわかめ・味噌 りんご	干し芋 <u>麩のラスク</u> (焼き麩・無塩バター・グラニュー糖)
20 (木)	 春分の日		
21 (金)	ごはん <u>とんかつ</u> ゆかり和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・油・とんかつソース 白菜・きゅうり・人参・ゆかり じゃが芋・玉葱・椎茸・みつば・味噌 オレンジ	ビスケット おにぎり (米・梅干し・ひじき・いりごま)
22 (土)	 育了式		
24 (月)	ごはん 卵焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 卵・鶏肉・塩っぺ・干し椎茸・みりん・砂糖 キャベツ・切干大根・人参・コーン・すりごま・醤油・砂糖・油 鶏肉・油・しめじ・玉葱・大根・味噌 バナナ	スティックビスケット さつま芋あん団子 (白玉粉・絹ごし豆腐・さつま芋・砂糖・豆乳・塩)
25 (火)	ごはん チキンビーンズ マカロニサラダ スープ オレンジ	米 鶏肉・水煮大豆・人参・玉葱・じゃが芋・トマトピューレ・ケチャップ・砂糖・油・鶏がらスープの素 マカロニ・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩・こしょう 豚挽肉・油・キャベツ・もやし・えのき・鶏がらスープの素 オレンジ	クラッカー エジプト焼き (ニラ・うどん・卵・長芋・お好みソース)
26 (水)	ごはん カレイの昆布あんかけ 和え物 味噌汁 バナナ	米 カレイ・片栗粉・揚げ油・塩っぺ・葱・酒・みりん・片栗粉 きゅうり・大根・人参・コーン・醤油 油揚げ・椎茸・さつま芋・みつば・味噌 バナナ	リッツ おにぎり (米・ゆかりふりかけ)
27 (木)	ねぎ塩豚丼 おなか和え 味噌汁 オレンジ	米・豚バラ肉・玉葱・人参・しめじ・キャベツ・白葱・酒・塩・こしょう・レモン汁・片栗粉・ごま油・鶏がらスープの素 ほうれん草・もやし・えのき・醤油・かつお節 豆腐・白菜・人参・カットわかめ・味噌 オレンジ	おせんべい マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
28 (金)	ごはん レバーの甘辛煮 和え物 味噌汁 いよかん	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・砂糖・酒・いりごま ちくわ・キャベツ・人参・マヨネーズ・醤油 玉葱・椎茸・大根・みつば・味噌 いよかん	クラッカー フルーツヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・みかん缶・バナナ・砂糖)
29 (土)	中華風炊き込みごはん スープ オレンジ	米・鶏肉・干し椎茸・人参・糸こんにゃく・グリーンピース・ごま油・酒・醤油・塩・砂糖 春雨・えのき・コーン・白菜・葱・中華だし オレンジ	ビスケット おやつパン
31 (月)	 必ず火を通したものをに入れて頂きますようお願い致します。		おせんべい ※午後保育はありません。

おやつパーティー

- ・バナナケーキ (ホットケーキミックス・バナナ・豆乳・油・砂糖)
- ・じゃが芋ボール (じゃが芋・片栗粉・鶏がらスープの素・揚げ油)
- ・型抜きクッキー (小麦粉・砂糖・豆乳生クリーム・油・ベーキングパウダー・いちごパウダー・抹茶)

★赤文字が乳児部のおやつとなります。



ひまわり組さんリクエストメニュー

今月はひまわり組さんが食べたいメニューを入れてみましたよ。
ラーメン、ハヤシライス、からあげ、鮭、ひじきの煮物、麩のラスク、のりせんべい・・・などなど
 保育園での生活もあとわずかひまわり組さん。
 保育園の給食をモリモリ食べて、元気な1年生になって下さいね。



★青文字がリクエストメニューになっています。

★ 緑色の下線のメニューは玄関にレシピがありますので、参考にしてみてくださいね。

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください。