

令和1年度



3月給食献立表



なかよし保育園

日 曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
2 月	鮭の塩焼き ほうれん草とじゃこの和え物 豚汁 ご飯 黒ゴマ	チーズパイ ココア	塩鮭・しらす干し・木綿豆腐・油揚げ・豚肉	じゃがいも・板こんにやく・チーズパイ(乳)	ほうれんそう・だいこん・にんじん・ねぎ
3 火	ちらし寿司 手まり麩のすまし汁 ほうれん草とコーンの和え物 イチゴ スキムミルク	いちごのショートケーキ	高野豆腐・ハム(鶏卵)・桜でんぶ・しらす干し・鶏卵(ちらし寿司)・木綿豆腐・スキムミルク	精白米・手毬麩・いちごのショートケーキ	にんじん・きゅうり・干しいたけ・ほうれんそう・いちご・ねぎ
4 水	ちゃんぽん 鶏肉の塩こうじ焼き トマト ミカンゼリー	卵サンド 牛乳	豚肉・鶏肉・色板(鶏卵)・鶏卵(サンドイッチ)・普通牛乳	中華めん・精白米・食パン・マヨネーズ(鶏卵)	キャベツ・たまねぎ・もやし・青ピーマン・ねぎ・にんじん・トマト・ミカンゼリー
5 木	ハヤシライス から揚げサラダ オレンジ	卵蒸しパン 牛乳	牛肉・鶏肉・ハヤシライスの素・普通牛乳	精白米・ジャガイモ・マヨネーズ(鶏卵)・卵蒸しパン(鶏卵)	人参・たまねぎ・キャベツ・きゅうり・トマト・オレンジ
6 金	マーボー豆腐 チンゲン菜のささみ和え ご飯 おじゃこ スキムミルク	アメリカンドック	木綿豆腐・合い挽き肉・麻婆豆腐の素・ささみ・しらす干し・アメリカンドック・スキムミルク	精白米	にら・ねぎ・にんじん・たまねぎ・チンゲンサイ
7 土	牛丼 豆腐とわかめの味噌汁	かつばえびせん	牛肉・木綿豆腐・油揚げ	精白米・かつばえびせん	タマネギ・乾わかめ・ねぎ
9 月	鱈の照り焼き さつまいもの甘煮 ひじきの煮物 ご飯 黒ゴマ	ヨーグルトリッツ	さわら・鶏肉・油揚げ・ヨーグルト	精白米・さつまいも・ごま・リッツ	にんじん・ひじき・青ピーマン
10 火	全員お弁当です。				
11 水	けんちんうどん 竹輪の磯部揚げ トマト パイン缶	黄金マカロニ ぶどうジュース	豚肉・木綿豆腐・油揚げ・竹輪(鶏卵)・きな粉	細うどん・冷凍さといも・マカロニ	ごぼう・にんじん・だいこん・ねぎ・トマト・パイン缶・ぶどうジュース
12 木	三色丼ぶり そうめんの味噌汁 バナナ	ふかし芋	鶏卵(炒り卵) まぐろ味付け缶	精白米・そうめ ん・麩・さつまいも	ほうれんそう・にんじん・ねぎ・バナナ
13 金	メンチカツ トマト ブロッコリー マカロニスープ ご飯 おじゃこ スキムミルク	カステラ 牛乳	メンチカツ(鶏卵)・ハム・しらす干し・普通牛乳・スキムミルク	精白米・さつまいも・マカロニ・カステラ(鶏卵・乳)	ブロッコリー・トマト・玉ねぎ・にんじん・ねぎ
14 土	コロケ ツナサラダ ロールパン	オレオクッキー	コロケ・シーチキン缶	ロールパン・オレオクッキー	キャベツ・きゅうり・トマト
16 月	鶏肉の竜田揚げ 千切りキャベツ トマト 春雨スープ ご飯 おじゃこ	りんご バナナ	鶏肉・ベーコン・しらす干し	精白米・はるさめ	キャベツ・トマト・にんじん・チンゲンサイ・りんご・バナナ

- ※ 2歳以上のクラスの火曜日・金曜日には、給食時にスキムミルクが付きませす。
- ※ おやつのお赤字は、保育園で手作りしているおやつです。
- ※ ちょうちょう組の献立は、月齢や進み具合により変更する場合があります。
- ※ 白いご飯の献立の日には、ご飯の上に、おじゃこがゴマが付きませす。



日 曜	昼食	おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をととのえる
17 火	カレーの黄金焼き ブロッコリー 切干し煮 ご飯 黒ゴマ スキムミルク	豆パン 牛乳	カレー・油揚げ・鶏肉・甘納豆・ホットケーキミックス・普通牛乳	マヨネーズ(鶏卵)・精白米・ごま	ブロッコリー・切干しだいこん・にんじん・いんげん
18 水	焼きそば 野菜スープ ロールパン	人参クッキー カルピス	豚肉・木綿豆腐・油揚げ・カルピス	中華めん・じゃがいも・ロールパン	キャベツ・玉ねぎ・青ピーマン・トマト・にんじん・だいこん・ねぎ
19 木	カレーライス かにかまサラダ いちごゼリー	フルーツサンド	牛肉・パーモンドカレーの素・かにかま(鶏卵)・寒天・生クリーム	精白米・じゃがいも・マヨネーズ(鶏卵)・食パン	たまねぎ・にんじん・大根・きゅうり・いちご・ミカン缶・バナナ
20 金	春分の日				
21 土	卒園式				
23 月	ミートスパゲティ ささみサラダ りんご	ミニホットドック 乳酸菌飲料	合い挽き肉・ささみ・ポールウインナー(鶏卵)・乳酸菌飲料	スパゲティ・マヨネーズ(鶏卵)・ロールパン	たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・キャベツ・きゅうり・トマト
24 火	肉じゃが ししゃもの天ぷら トマト ご飯 おじゃこ スキムミルク	オレンジ パイン缶	牛肉・冷凍ししゃも・鶏卵(天ぷら)・しらす干し・スキムミルク	じゃがいも・糸こんにやく・精白米	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・トマト・オレンジ・パイン缶
25 水	鶏肉の照り焼き 千切りキャベツ トマト 野菜スープ ご飯 おじゃこ	フルーチェ	鶏肉・フルーチェ(いちご)・普通牛乳	マヨネーズ・ジャガイモ	キャベツ・きゅうり・トマト・にんじん・大根・ねぎ
26 木	八宝菜 チンゲン菜とささみの和え物 ご飯 おじゃこ	サンドイッチ (ハム)	豚肉・色板(鶏卵)・うずら卵水煮・ささみ・しらす干し・ハム(鶏卵)	精白米・食パン・マヨネーズ(鶏卵)	はくさい・青ピーマン・にんじん・もやし・生しいたけ・たまねぎ・チンゲンサイ・レタス・きゅうり
27 金	ハンバーガー フライドポテト プチトマト オニオンスープ スキムミルク	ゼリー とんがりコーン	ハンバーグ(鶏卵)	ロールパン・フライドポテト・とんがりコーン	レタス・ミニトマト・たまねぎ・にんじん・ねぎ・ゼリー
28 土	休園				
30 月	希望保育		ぼたぼた焼き		
31 火	希望保育		白い風船		

- ※ 朝11時のおやつには、ちょうちょう組・ひよこ組には、普通牛乳と市販のお菓子が、うさぎ組・りす組には、スキムミルクと市販のお菓子が付きませす。
- ※ 仕入れなどの都合により、献立を変更する場合があります。変更があった場合は、今日の給食の写真で報告させす。



