

平成29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 |
|------|--|-------------------|--|--|---|
| 1 木 | ハヤシライス コーンサラダ プチゼリー | マスカットゼリー | 牛肉・ハヤシライス の素 | 精白米・じゃがいも・ プチゼリー・マス カットゼリー | たまねぎ・にんじん・ 冷凍コーン・レタス・ きゅうり・トマト |
| 2 金 | お花のちらし寿司 手まり麩のすまし汁 イチゴスキムミルク | いちごロール風 | 脱脂粉乳・黒豆・ 生クリーム | 精白米・手まりふ・ スイスロール | 高野豆腐・干しいたけ・ 人参・きぬさや・いちご・ みかん缶 |
| 3 土 | にくうどん 炊き込みご飯 | おにぎりせんべい | 牛肉・色板・シーチキン 缶・油揚げ | 細うどん・精白米・ おにぎりせんべい | にんじん・ほうれんそう・ ねぎ・干しいたけ |
| 5 月 | 鶏の照り焼き 千切りキャベツ ポテトサラダ おじゃこ | オレンジ バナナ | 鶏肉・魚肉ソーセージ・ しらす干し | じゃがいも・マヨネーズ・ 精白米 | キャベツ・きゅうり・ トマト・オレンジ・ バナナ |
| 6 火 | 遠足 | | | | |
| 7 水 | ナポリタン パゲッティ チーズサラダ ステックパン | ジャムホットケーキ カルピス | ベーコン・切れたる チーズ・カルピス・ 豆乳 | スパゲティ・マヨネーズ・ スティックパン・ ホットケーキミックス | たまねぎ・青ピーマン・ にんじん・トマトビュレ・ レタス・トマト・きゅうり・ ブルーベリージャム |
| 8 木 | かれの野菜あんかけ 豆腐とアゲの味噌汁 黒飯 | フルーツポンチ | カレイ・木綿豆腐・ 油揚げ | 精白米・いりごま | たまねぎ・にんじん・ ブロッコリー・ねぎ・ みかん缶・パイン缶・ もも缶・バナナ |
| 9 金 | 柳川風煮 白菜の味噌汁 おしゃこスキムミルク | カステラ スポロン | 牛肉・鶏卵・油揚げ・ しらす干し・脱脂粉乳・ スポロン | 精白米・カステラ | ごぼう・にんじん・ たまねぎ・はくさい・ ねぎ |
| 10 土 | コロケ ツナサラダ ロールパン | とんがりコーン | コロケ・シーチキン 缶 | マヨネーズ・ロールパン・ とんがりコーン | レタス・きゅうり・ トマト |
| 12 月 | ハンバーグ 粉ふき芋 もやしとわかめのスープ おしゃこスキムミルク | りんご みかん缶 | 合挽き肉・鶏卵・ しらす干し | マヨネーズ・じゃがいも・ 精白米 | たまねぎ・にんじん・ 青ピーマン・もやし・ 乾わかめ・りんご・ みかん缶 |
| 13 火 | 鯖のみそ焼き 出し巻き卵 豚汁 黒ゴマスキムミルク | パインヨーグルト | 鯖・木綿豆腐・豚肉・ 出し巻き卵・脱脂粉乳・ プレーンヨーグルト | じゃがいも・板こんにゃく・ 精白米・いりごま | だいこん・にんじん・ ねぎ・パイン缶 |
| 14 水 | オムライス チキンナゲット レタス トマト 野菜たっぷりスープ | じゃこトースト ココア | 鶏肉・鶏卵・チキン ナゲット・しらす干し | 精白米・じゃがいも・ 食パン・マヨネーズ | たまねぎ・にんじん・ 青ピーマン・レタス・ トマト・だいこん・ ねぎ・あおのり |
| 15 木 | コロケ レタス トマト 具たくさん味噌汁 ご飯 おじゃこ | プリン | コロケ・木綿豆腐・ 油揚げ | 精白米・プリン | レタス・トマト・はくさい・ だいこん・にんじん・ 生しいたけ・ねぎ |
| 16 金 | ホットドック フライドポテト 野菜たっぷりスープ スキムミルク | ワッフル 乳酸菌飲料 | ポールウインナー・ ベーコン・脱脂粉乳・ 乳酸菌飲料 | コッペパン・フライド ポテト・じゃがいも・ ワッフル (カスタード) | キャベツ・にんじん・ だいこん・ねぎ |

| 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 土 | メンチカツ レタス トマト 炊き込みご飯 | 白い風船 | メンチカツ・シーチキン 缶・油揚げ | 精白米・白い風船 | レタス・トマト・干しいたけ・ にんじん |
| 18 日 | 卒園式 | | | | |
| 19 月 | 八宝菜 はるまき チンゲン菜の和え物 おしゃこスキムミルク | みかんヨーグルト | 豚肉・色板・うずら卵 水煮・春巻き・しらす 干し・プレーンヨーグルト | 精白米 | 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・みかん缶 |
| 20 火 | 鯖の塩焼き ほうれん草の和え物 すい飯 スキムミルク | フルーチェ ウエハース | 塩鯖・鶏卵・木綿豆腐・ 油揚げ・普通牛乳・ 脱脂粉乳 | 精白米・いりごま・ フルーチェ・ウエハース | ほうれんそう・大根・ にんじん・ねぎ |
| 21 水 | 鶏肉のタルタル焼き 人参の金平のすー 野菜とおしゃこ | りんご 桃缶 | 鶏肉・豚肉・鶏卵・ しらす干し | タルタルソース・ 板こんにゃく・精白米 | にんじん・ごぼう・ 青ピーマン・キャベツ・ たまねぎ・ねぎ・ りんご・桃缶 |
| 22 木 | 筑前煮 ししやもの天ぷら 黒ごま | マーラーカオ 乳酸菌飲料(りんご) | 大豆水煮・鶏肉・竹輪・ 高野豆腐・冷凍ししゃも・ 鶏卵・乳酸菌飲料(りんご) | 板こんにゃく・精白米・ いりごま・マーラーカオ | ごぼう・にんじん・ 水煮れんこん・大根・ だしこんぶ |
| 23 金 | たちうおの塩焼き ごぼしきの煮物 スキムミルク | 黄金マカロニ 幼児ぶどう | たちうお・鶏肉・油揚げ・ 脱脂粉乳・きな粉 | 精白米・いりごま・ マカロニ | ごぼう・ひじき・にんじん・ 青ピーマン・幼児ぶどう |
| 24 土 | カレーライス バナナ | ハッピーターン | 牛肉・バーモンドカレー | 精白米・じゃがいも・ ハッピーターン | にんじん・玉ねぎ・ バナナ |
| 26 月 | チキン南蛮 千切りキャベツ 肉団子と白菜のすー おしゃこ | サンドイッチ | 鶏肉・しらす干し・ 鶏卵・ハム | マヨネーズ・精白米・ 食パン | たまねぎ・レモン・ キャベツ・にんじん・ はくさい・レタス・ きゅうり |
| 27 火 | 希望保育 | マリービスケット | | | |
| 28 水 | 希望保育 | ぱりんこ | | | |
| 29 木 | 希望保育 | かっぱえびせん | | | |
| 30 金 | 希望保育 『半日』 | スティックパン | | | |
| 31 土 | 休園 | | | | |

※ ちょうちょう組の献立は、月齢や進み具合によって、献立を変更します。
 ※ 朝10時のおやつは、ちょうちょう組・ひよこ組には、牛乳と市販のお菓子が、いす組・うさぎ組には、スキムミルクと市販のお菓子が付きます。
 ※ 白ご飯の献立の日には、おじゃこか黒ゴマが付きます。
 ※ 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す。
 ※ おやつのはきは、保育園での手作りおやつです。



