

2024年3月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼食	材料名	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	11 25	豆腐のチャンプル さつまいも天ぷら ごはん 納豆汁	豆腐・ニラ・もやし・にんじん・ベーコン・卵・削り節・醤油・片栗粉・海水塩・なたね油 さつまいも・薄力粉・卵・米油 精白米・胚芽米 納豆・白菜・にんじん・長葱・里芋・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	かぼちゃクッキー♥ かぼちゃ・ホットケーキミックス(無糖)・素精糖・マーガリン・全粒粉 くだもの・牛乳	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・ごま・海苔 麦茶	鶏肉の味噌漬け焼き・きゅうりごまよごし 鶏肉・味噌・酒・みりん きゅうり・海水塩・ごま おかかおにぎり・すまし汁
火	12 26	牛肉とピーマン炒め だいこんと生揚げ煮 ごはん 麩とふのりの味噌汁	牛ひき(0,1歳児)・牛肉(2歳児・幼児)・酒・醤油・片栗粉・生姜・菜種油・玉葱・ピーマン・片栗粉・素精糖・かつおだし だいこん・生揚げ(0歳児豆腐)・にんじん・絹さや・素精糖・醤油・海水塩 精白米・胚芽米 麩・ふのり・万能ねぎ・青菜・煮干し・かつおだし	せりうどん 干しうどん・鶏ひき・せり・にんじん・長葱・醤油・酒・海水塩・かつおだし・昆布だし くだもの・牛乳	ココアリング ココアリング(卵なし) 麦茶	魚のチーズ焼き・コールスローサラダ 魚・とろけるチーズ キャベツ・コーン・にんじん・なたね油・米酢・海水塩 ココアリング・スープ
水	13 27	さばのカレー焼き 五目金平 ごはん 菜の花のすまし汁	さば・海水塩・薄力粉・カレー粉・なたね油 れんこん・にんじん・ごぼう・ピーマン・糸こんにゃく・ごま・菜種油・素精糖・みりん・醤油・じゃが芋(乳児) 精白米・胚芽米 菜花・豆腐・塩蔵わかめ・海水塩・酒・醤油・かつおだし・こんぶだし	大学芋 さつまいも・米油・素精糖・醤油・ごま くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	ジャージャーうどん・なます風サラダ 干しうどん・豚ひき・玉葱・きゅうり・生姜・醤油・味噌・素精糖・なたね油・みりん 大根・人参・きゅうり・しらす・なたね油・米酢・海水塩・はちみつ・ごま油 スープ
木	14 28	⑭ポークマリネード マセドアンサラダ 黒糖パン コーンスープ♥	⑳ピーマンの肉詰め♥ じゃがいもの炒め煮 ごはん えのきの味噌汁	⑮草もち・くだもの・牛乳(0歳児おにぎり) 上等新粉・白玉粉・よもぎ粉・水・きなこ・上白糖・海水塩 ⑯イチゴラスク※⑰オレンジリング※ ⑱食パン・イチゴ・ハチマツ・水 ⑲オレンジリング	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 麦茶	豆腐のカレー煮・キャベツゆかり和え 豆腐・豚ひき・玉葱・にんじん・干し椎茸・ピーマン・なたね油・カレー粉・海水塩・醤油・みりん・片栗粉 キャベツ・きゅうり・にんじん・海水塩・ゆかり わかめごはん・汁物
金	1 15 29 ↓	①ちらし寿司 ぶりの照り焼き 菜の花のお浸し 花麩のすまし汁	⑫メンチカツ♥ 切干大根煮 ごはん さやのすまし汁	⑮草もち・くだもの・牛乳(0歳児おにぎり) 上等新粉・白玉粉・よもぎ粉・水・きなこ・上白糖・海水塩 ⑯イチゴラスク※⑰オレンジリング※ ⑱食パン・イチゴ・ハチマツ・水 ⑲オレンジリング	カレーピラフおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・玉葱・人参・しめじ・ピーマン・カレー粉・なたね油 麦茶	ポークオニオンソテー・じゃがいもナムル 豚肉・なたね油・玉葱・みりん・醤油 じゃがいも・きゅうり・ごま・ゴマ油・米酢・醤油・素精糖・海水塩 カレーピラフ・汁物
土	2 16 30	土)五目うどん 煮豆 フルーツヨーグルト	⑳シーフードカレー♥ 切干大根煮 オニオンスープ♥	⑮草もち・くだもの・牛乳(0歳児おにぎり) 上等新粉・白玉粉・よもぎ粉・水・きなこ・上白糖・海水塩 ⑯イチゴラスク※⑰オレンジリング※ ⑱食パン・イチゴ・ハチマツ・水 ⑲オレンジリング	パン・小魚 ソフトフランス生地/バターロール生地パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳	
月	4 18	かじきの生姜焼き キャベツの土佐酢和え ゆかりごはん♥ 豆腐の味噌汁	かじき・生姜・醤油・みりん 0歳児)別皿にとろみつき キャベツ・にんじん・海水塩・醤油・米酢・素精糖・けずりぶし 精白米・胚芽米・ゆかり 豆腐・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	ヨーグルトオレンジケーキ 薄力粉・ベーキングパウダー・マーガリン・ヨーグルト・卵・素精糖・ネーブルオレンジ・全粒粉 くだもの・牛乳	ツナとコーンのラスク 食パン(卵なし)・まぐろ缶・コーン・玉葱・アレルギー用マヨネーズ 麦茶	鶏肉のトマト煮込み・豆菜サラダ 鶏肉・玉葱・なたねあぶら・トマト缶・かつおだし・素精糖・海水塩 大豆・人参・キュウリ・まぐろ缶・ごま・米酢・素精糖・醤油・ごま油・海水塩 ツナとコーンのラスク・スープ
火	5 19	豆腐のハンバーグ ひじきの煮物 青のりごはん うどの卵汁	豆腐・鶏ひき・玉葱・ひじき・にんじん・パン粉・卵・海水塩・なたね油・醤油・素精糖・片栗粉・かつおだし ひじき・干し椎茸・にんじん・油揚げ・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・酒・みりん 精白米・胚芽米・青のり うど・卵・青菜・塩蔵わかめ・海水塩・醤油・かつおだし・昆布だし	⑮草もち・くだもの・牛乳 精白米・胚芽米・人参・小松菜・もやし・豚・長葱・酒・醤油・ごま油・生姜・コンニク・素精糖 ⑱おはぎ・くだもの・牛乳 もち米・精白米・胚芽米・小豆・素精糖・海水塩・きなこ	青菜ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶・小松菜・素精糖・醤油・ごま 麦茶	チャプチェ風・きゅうりとキャベツ浅漬け 豚肉・にんじん・玉葱・ピーマン・春葱・菜種油・にんにく・ごま・醤油・酒・素精糖 きゅうり・キャベツ・にんじん・海水塩 青菜ツなごはん・味噌汁
水	6	鮭のパン粉焼き クリーミーサラダ パン ミネストローネ	生鮭・にんにく・酒・海水塩・パン粉・パセリ・オリーブ油 にんじん・きゅうり・コーン・マヨネーズ・ヨーグルト・上白糖・海水塩 プレーンボール(卵・乳なし) ベーコン・マカロニ・玉葱・にんじん・	焼き芋 さつまいも・海水塩 くだもの・牛乳	焼肉おにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま 麦茶	豆腐オランダ煮・だいこんの金平 高野豆腐・片栗粉・なたね油・にんじん・素精糖・醤油・味噌・かつおだし だいこん・にんじん・青菜・なたね油・素精糖・みりん・醤油 焼肉ごはん・味噌汁
木	7 21	⑦さつま揚げ 春雨の中華和え ふりかけごはん キャベツの味噌汁	⑳シウマイ0,1歳児・餃子2歳児~ 大根サラダ ごはん・ゼリー わかめスープ	⑮草もち・くだもの・牛乳 精白米・胚芽米・人参・小松菜・もやし・豚・長葱・酒・醤油・ごま油・生姜・コンニク・素精糖 ⑱おはぎ・くだもの・牛乳 もち米・精白米・胚芽米・小豆・素精糖・海水塩・きなこ	じゃこガーリックおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・にんにく・人参・なたね油・海水塩・かつおだし 麦茶	魚の照り焼き・さつまいも刻み昆布煮 魚・醤油・酒・みりん さつまいも・刻み昆布・みりん・素精糖・醤油 じゃこガーリックごはん・汁物
金	8 22	ドライカレー♥ 小松菜しらす和え 白菜ベーコンスープ	精白米・胚芽米・牛ひき・豚ひき・玉葱・にんじん・ピーマン・にんにく・生姜・なたね油・ケチャップ・薄力粉・バター・カレー粉・海水塩 小松菜・しらす・にんじん・かつおだし・醤油 白菜・ベーコン・玉葱・にんじん・ブロッコリー・海水塩・かつおだし・昆布だし	⑧いちごクリームサンド♥・くだもの・牛乳 食パン(卵なし)・いちご・生クリーム・上白糖 ⑳チョコサンド♥・くだもの・牛乳 食パン(卵なし)・コンスターチ・素精糖・ココア・牛乳・豆乳	ごまポテト じゃがいも・ごま・バター・青のり・海水塩 麦茶	田舎うどん・ごまポテト 干しうどん・豚肉・にんじん・長葱・椎茸・青菜・味噌 くだもの
土	9 23	うどん ほうれんそうのごま和え ゼリー	干しうどん・豚ひき・キャベツ・にんじん・長葱・椎茸・油揚げ・青菜・醤油・かつおだし・昆布だし ほうれん草・人参・ごま・素精糖・醤油 100%ストレートジュース・アガー・素精糖・水	ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン・マーガリン・素精糖 一口チーズ くだもの・牛乳	<今月のお知らせ> 今月もぞうぐみのリクエストメニューが献立に登場します(♥マークのもの)。なるべくリクエストに応えたいので献立が複雑になっています(見にくくて申し訳ありません)。来月は入学、進級と新しい生活となりますね。美味しい給食で応援します。	

* 乳児)エネルギー417kcal たんぱく質16.8g 脂質13.7g * 幼児)エネルギー521kcal たんぱく質21.7g 脂質16.8g

※くだもの・牛乳付きます

* 0才児クラスのみ 朝の牛乳(豆乳入り)があります。* 3時のおやつは、牛乳(豆乳入り)とくだものがつきます。 * 材料の関係で献立が変更になることもあります。