

# 平成31年3月献立表

日にち	3月の旬食材				1	2
曜日					金	土
給食	 <p><b>野菜：菜の花、たけのこ、チンゲン菜、アスパラガス、レタス、キャベツ</b></p> <p><b>果物：いちご、清見オレンジ、せとか</b></p> <p><b>魚介類：ぶり、さわら、カレイ、わかめ</b></p>				胚芽米 ふりかけ	味噌ラーメン
おやつ					肉じゃが 切り干し大根とほうれん草のごま和え	きゅうりとレタスの中華和え カルピス寒天
エネ ルギー					厚揚げの味噌汁 りんご	桜餅 麦茶
延長食					おにぎり	じゃがいももち
日にち	4	5	6	7	8	9
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	ひしもち風ちらし寿司 鮭の照り焼き 春野菜の梅肉和え お花畑のすまし汁 3月のパースディケーキ	胚芽米 たくあん 鶏肉の南蛮漬け チンゲン菜とわかめの和えもの くずし豆腐のスープ アップル寒天	<b>卒園パーティー</b>	<b>つき組さんリクエストメニュー</b> からまつバーガー フライドポテト ブロッコリーのサラダ オニオンスープ ヨーグルト	お赤飯 さわらの西京焼き かにかまと青菜の三色和え 紅白はんぺんすまし汁 いちご	<b>卒園式</b> 和風スパゲティ アスパラサラダ キャベツのスープ りんご
おやつ	ツナマヨプチピザ 麦茶	おやつドリア 麦茶	フルーツたっぷりコーンフレーク 麦茶	春キャベツとたけのこのパスタ 麦茶	手作りお祝いまんじゅう 麦茶	みたらし風じゃがいももち 麦茶
エネ ルギー	乳児 509 幼児 567	乳児 528 幼児 573	乳児 530 幼児 590	乳児 532 幼児 600	乳児 495 幼児 594	乳児 468 幼児 526
延長食	にゅう麺	おにぎり	ココア食パン	おにぎり	にゅう麺	クラッカーサンド
日にち	11	12	13	14	15	16
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	<b>防災メニュー</b> カレーライス(防災食) さっぱりサラダ 青菜とコーンのミルクスープ 清見オレンジ	からまつラーメン ポテト春巻き ブロッコリー マヨネーズ添え いちご	たけのこごはん ぶり大根 春野菜の白和え わかめの味噌汁 りんご	<b>おにぎりの日</b> 二色おにぎり 鮭の変わり揚げ くるくるハムチーズ スナップえんどう プチトマト ヨーグルト	ケチャップライス チキンのパン粉焼き 春野菜のミモザサラダ レタススープ でこぼん	かきたまうどん 肉と野菜の炒め物 グレープ寒天
おやつ	ちゃんぽんうどん 麦茶	いなり寿司 麦茶	いちごのタルト 麦茶	お楽しみパン りんごジュース	豆乳くずもち 麦茶	りんごのパンケーキ 麦茶
エネ ルギー	乳児 507 幼児 584	乳児 499 幼児 594	乳児 505 幼児 561	乳児 464 幼児 560	乳児 487 幼児 540	乳児 576 幼児 535
延長食	ほうれん草食パン	おにぎり	トマト食パン	にゅう麺	おにぎり	じゃがいももち
日にち	18	19	20	21	22	23
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	ゆかりごはん 擬製豆腐 小松菜と油揚げの煮びたし たけのことわかめの味噌汁 フルーツポンチ	<b>保育士さんの アイディアメニュー</b> 大豆と野菜のコロコロサラダ ほうれん草のスープ せとか	胚芽米 フィッシュシチュー 大豆と野菜のコロコロサラダ ほうれん草のスープ せとか	<b>春分の日</b>	ツナ丼 きゅうりとかにかまの酢の物 もやしと油揚げの味噌汁 ヨーグルト	あんかけ焼きそば ちりめんサラダ わかめスープ カルピス寒天
おやつ	いちご大福 麦茶	お好み焼き 麦茶	ぼたもち 麦茶		からまつあげあげばん かえり煮干し 麦茶	プチキッシュ 麦茶
エネ ルギー	乳児 464 幼児 520	乳児 480 幼児 550	乳児 510 幼児 585		乳児 504 幼児 573	乳児 485 幼児 545
延長食	ココア食パン	おにぎり	にゅう麺		おにぎり	クラッカーサンド
日にち	25	26	27	28	29	30
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	ビビンバ 春雨サラダ 中華風コーンスープ 清見オレンジ	胚芽米 納豆 焼きさばのみぞれがけ 春キャベツと卵のお浸し のっぺい汁 いちご	大根菜飯 松風焼き たけのこと野菜の煮物 小松菜の味噌汁 ヨーグルト	胚芽米 梅干し はんぺんフライ 千切りキャベツ プチトマト 厚揚げの味噌汁 せとか	ハヤシライス シーザーサラダ 白菜とにんじんのスープ りんご	たっぷり野菜タンメン ちくわのサラダ フルーツポンチ
おやつ	ウインナードック 麦茶	クリームあんみつ 麦茶	にんじんケーキ 麦茶	マッシュポテトとひき肉のグラタン 麦茶	手作りプリン 麦茶	ピザトースト 麦茶
エネ ルギー	乳児 441 幼児 540	乳児 485 幼児 578	乳児 503 幼児 565	乳児 473 幼児 555	乳児 510 幼児 575	乳児 512 幼児 586
延長食	にゅう麺	おにぎり	ほうれん草食パン	にゅう麺	おにぎり	じゃがいももち