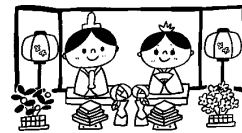


3月の献立表



平成30年3月発行
上府保育園



はくちょう組のリクエストメニューを2月、3月の献立にいれました。今月も楽しみにしててください。

- 給食○
- ハヤシライス ・エビフライ ・ピラフ
- おやつ○
- ・チーズケーキ ・キャラメルラスク ・牛乳寒いちごソースがけ

上府保育園スタートの1年。みんなの「美味しかった～」を喜びに、安心安全な給食作りをしました。来年度も子供達の喜ぶ栄養満点な給食作りを頑張ります。



1日(木)	2日(金) ひな祭り会	3日(土)
焼うどん [うどん、豚肉、玉葱、油 干し椎茸、かまぼこ、人参 キャベツ、ピーマン、醤油 かつお節、みりん] 南瓜の含め煮 [鶏ミンチ、南瓜、砂糖、醤油] 豆腐のすまし汁 [豆腐、玉葱、えのき、塩 醤油、わかめ、いりこ] ひじきおにぎり[米、醤油 ひじき、ごぼう、椎茸 鶏肉、油揚げ、しらす干し] チーズ	ちらし寿司 [米、昆布、砂糖、酢、塩 鶏ミンチ、人参、干し椎茸 油揚げ、ごぼう、醤油、のり 卵、でんぶ、絹さや] ほうれん草の白和え [[ほうれん草、こんにゃく 人参、豆腐、ごま、味噌 砂糖、塩] 潮汁 [あさり、葱、塩、酒、醤油] 果物 稷もち [白玉粉、小麦粉、食紅、砂糖 あんこ、桜の葉] カルピス ひなあられ	しめじご飯 [米、しめじ、人参、鶏肉 さつま揚げ、薄口醤油 ごぼう] 具だくさん汁 [ごぼう、人参、玉葱、塩 しめじ、葱、醤油、いりこ] 果物 菓子 牛乳

5日(月) クッキング	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
カレーライス [米、押し麦、牛肉、人参 玉葱、じゃが芋、トマト 醤油、ブロッコリー、しめじ カレーウ、にんにく] もやしナムル [もやし、豆腐、人参、ごま油 醤油、酢、ごま] おやつ メロンパン [ロールパン、ミックス粉、卵 砂糖、バター、レモン] 牛乳	ご飯 魚の塩焼き [アジ、塩、キャベツ] ぶどう豆 [水煮大豆、レーズン 砂糖、醤油] けんちん汁 [鶏肉、人参、里芋、ごぼう こんにゃく、豆腐、葱、醤油 塩、いりこ] 南瓜蒸しパン [ミックス粉、卵 牛乳、南瓜] 牛乳	ご飯 厚揚げの味噌炒め [生揚げ、豚肉、筍、椎茸 人参、玉葱、ピーマン、油 砂糖、味噌、醤油] イカとわかめの酢の物 [きゅうり、イカ、人参、酢 わかめ、砂糖、醤油] 小松菜のすまし汁 [小松菜、白菜、えのき 人参、醤油、塩、いりこ] フライドポテト [じゃが芋、塩、青のり、油] 牛乳	わかめご飯 [米、わかめふりかけ、押し麦] 鶏肉の塩から揚げ [鶏肉、にんにく、生姜、塩 酒、片栗粉、油、トマト] ブロッコリーの和え物 [ブロッコリー、人参 コーン、醤油] のっぺい汁 [玉葱、大根、里芋、油揚げ ほうれん草、人参、しめじ 味噌、いりこ] 手作りクッキー [小麦粉、バター、砂糖 マーガリン] 牛乳	ご飯 魚の西京焼き [鮭、味噌、砂糖、みりん 醤油、味、キャベツ] さつま芋ごまサラダ [さつま芋、人参、いんげん コーン、醤油、塩、ごま] あさりスープ [あさり、大根、人参、玉葱 塩、醤油、コンソメ] 牛乳寒いちごソース [牛乳、寒天、いちごソース 砂糖] ウエハース	鶏ごぼうピラフ [米、鶏肉、人参、ごぼう コーン、グリーンピース バター、塩、こしょう 醤油、コンソメ] キャベツスープ [キャベツ、人参、玉葱 パセリ、塩、コンソメ] 果物 菓子 牛乳
12日(月)お別れ給食	13日(火)	14日(水)お別れ会	15日(木)	16日(金)	17日(土)
ご飯 てまり揚げ [魚のすり身、エビ、ごぼう 人参、豆腐、玉葱、葱、油 ブロッコリー] キャベツの塩っぺ和え [きゅうり、キャベツ、醤油 塩っぺ、人参] えのきのすまし汁 [玉葱、えのき、醤油、葱 塩、いりこ、大根、油揚げ] 果物 おやつ カルピス蒸しパン [ミックス粉、カルピス レーズン] 牛乳	ご飯 豆腐のあんかけ [豆腐、牛肉、生姜、砂糖 醤油、みりん、油、片栗粉 いんげん] マカロニサラダ [マカロニ、ツナ、人参 ブロッコリー、コーン マヨネーズ、スキムミルク] 里芋の味噌汁 [里芋、大根、人参、葱 いりこ、味噌、玉葱] さつま芋プリン [さつま芋、牛乳、バター 卵、砂糖]	ロールパン エビフライ [エビ、塩、こしょう、小麦粉 パン粉、油、トマト] 春雨のサラダ [きゅうり、醤油、塩、春雨 人参、ハム、マヨネーズ] コンソメスープ [玉葱、人参、えのき、塩 じゃが芋、コンソメ グリーンピース] 果物 シヤムザツド [食パン、いちごジャム] 牛乳	ピラフ [米、ウインナー、人参、塩 玉葱、コーン、こしょう コンソメ、バター、パセリ] ひじきの和風サラダ [ひじき、きゅうり、人参 ツナ、ごま、もやし、醤油 砂糖、酢] 豆乳スープ [ベーコン、人参、玉葱、塩 ほうれん草、豆乳、椎茸 コンソメ] シリアルヨググルド [ヨーグルト、シリアル] 牛乳	ご飯 豚肉の生姜焼き [豚肉、玉葱、生姜 醤油、みりん、油、コーン] もやしのお浸し [もやし、人参、醤油 しらす干し、ごま油] 豆腐となめこの汁 [豆腐、玉葱、葱、味噌 なめこ、いりこ] カルシウムラスク [食パン、チーズ、砂糖 ごま、青のり、マーガリン] 牛乳	あなごご飯 [米、人参、ごぼう、あなご 醤油、みりん、酒、のり] 味噌汁 [油揚げ、えのき、じゃが芋 わかめ、葱、いりこ、味噌] 果物 菓子 牛乳
19日(月)誕生日会	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
ご飯 アジカツ [アジ、塩、こしょう、パン粉 天ぷら粉、バター] ごぼうサラダ [ごぼう、きゅうり、人参 コーン、ツナ、醤油 マヨネーズ、ごま] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、油揚げ ほうれん草、人参、しめじ 味噌、いりこ] おやつ フルーツロールケーキ [小麦粉、バター、卵、桃 砂糖、生クリーム、いちご]	味噌ちゃんぽん [中華麺、豚肉、にんにく、油 人参、キャベツ、もやし 醤油、かまぼこ、エビ、味噌 ごま油、鶏がらだし、絹さや 干し椎茸、砂糖] 焼きししゃも [ししゃも] ポパイサラダ [ほうれん草、人参、ハム 醤油、ごま] ぼたもち [米、もち米、きな粉、砂糖 塩、あんこ] 牛乳	春分の日 	ご飯 鶏肉のカレームニエル [鶏肉、塩、小麦粉、トマト にんにく、カレー粉、油] ミルクおから [豚ミンチ、人参、玉葱、油 おから、砂糖、塩、醤油、葱 スキムミルク、チーズ] 麩の味噌汁 [麩、小松菜、えのき、玉葱 いりこ、塩、醤油] ホットケーキ [ミックス粉、卵、牛乳] 牛乳	ご飯 魚のアーモンドフライ [パトウ、塩、こしょう 天ぷら粉、パン粉、油 アーモンド、ブロッコリー] キャベツのごま和え [キャベツ、醤油、ごま、人参] 中華スープ [玉葱、白菜、人参、コーン 醤油、塩、鶏がらだし] アップルパイ [りんご、パイ生地、砂糖] 牛乳	ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参 しめじ、油、ハヤシルウ グリーンピース] 野菜スープ [キャベツ、人参、玉葱 コンソメ、塩、醤油] 果物 菓子 牛乳
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
ご飯 魚のコーンマヨネーズ焼き [パトウ、塩、コーン、チーズ マヨネーズ、パセリ、トマト] 切干大根の含め煮 [大根、人参、さつま揚げ 椎茸、いんげん、砂糖、醤油] さつま芋の味噌汁 [さつま芋、えのき、玉葱 人参、葱、いりこ、味噌] 白玉団子の三色がけ [白玉粉、あんこ、ヨーグルト いちごソース]	あんかけ焼きそば [中華麺、豚肉、イカ、白菜 玉葱、人参、ピーマン、筍 ごま油、醤油、塩、こしょう 片栗粉、鶏がらだし にんにく、干し椎茸] もよしの甘酢和え [もやし、きゅうり、人参 しらす干し、砂糖、酢 ブロッコリー] わかめスープ [わかめ、白菜、コーン、塩 人参、しめじ、鶏がらだし] おやき [米、ごま、チーズ、干しエビ しらす干し、酒、醤油]	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き [豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん 砂糖、コーン] ほうれん草の小魚和え [[ほうれん草、人参、醤油 しらす干し] チンゲン菜のすまし汁 [玉葱、醤油、塩、いりこ 油揚げ、チンゲン菜、人参] みかんゼリー [みかん缶、砂糖、寒天 オレンジジュース] ウエハース	ご飯 鶏肉と高野豆腐の卵焼き [鶏肉、ピーマン、玉葱、人参 高野豆腐、卵、醤油、砂糖 酒、油] コールスローサラダ [白菜、きゅうり、塩、パイン レーズン、酢、こしょう、油] じゃが芋のスープ [じゃが芋、わかめ、えのき コンソメ、塩、醤油] チーズ蒸しケーキ [小麦粉、B.P、砂糖、チーズ 牛乳] 牛乳	ご飯 肉豆腐 [牛肉、油、こんにゃく 人参、砂糖、しめじ、大根 いんげん、油、豆腐、醤油] ブロッコリーのツナ和え [ブロッコリー、人参、ツナ きゅうり、醤油] 南瓜とごぼうの味噌汁 [南瓜、ごぼう、玉葱、葱 味噌、いりこ] フルーチェ [フルーチェ、牛乳] ウエハース	新年度準備

★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。 ★行事、材料の都合の場合により献立を一部変更することがあります。