

3月献立表



平成30年3月発行
こくふ子ども園

ひまわり組のリクエストメニュー

今月は、ひまわり組さんから出たリクエストメニューをできる限り取り入れています。リクエストメニューには★マークを付けています。



ひな祭りの菱餅

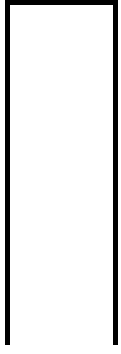
ひな祭りの菱餅は3色です。桃の花を表す桃色は、解毒作用のある赤いクちなシの実によって色づけられ、「魔除け」を表します。雪を表す白には血圧を下げる作用のある菱の実が入り、「子孫繁栄、長寿、純潔」を願う意味があります。新芽を表す緑色は、強い香りが厄除け効果のあるよもぎによるもので、健やかな成長への願いが込められています。

(いただきます ごちそうさま 参照)

	5日(月)	6日(火) 神楽教室	7日(水) 音楽指導	8日(木) いちご狩り	9日(金) お別れ会	10日(土)
	ごはん 豚大根 (豚肉、大根、人参、こんにゃく、生姜、みそ、砂糖、醤油、みりん) ★ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー、人参、かつお節、醤油) なめこのみそ汁 (なめこ、豆腐、玉葱、葱、いりこ、みそ) ★アップルパイ (パイ生地、卵、りんご、砂糖、レモン汁) 牛乳	ラーメン (中華麺、焼き豚、玉葱、人参、もやし、葱、塩、キャベツ、醤油、いりこ、鶏がらだし、ごま油) 焼きししゃも (ししゃも) ★小松菜のごま和え (小松菜、人参、ごま、醤油) 果物 ★しおっぱおにぎり (米、塩っぱ) チーズ	ごはん 豆腐ナゲット (豆腐、鶏挽肉、玉葱、塩、卵、片栗粉、油、ケチャップ) ごぼうサラダ (ごぼう、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、ごま、人参、コーン缶) かき卵汁 (豆腐、卵、玉葱、葱、醤油、塩、いりこ) ★ココア入り牛乳もち (牛乳、ココアパウダー、片栗粉、砂糖、きな粉)	ごはん ★魚のコーンマヨ焼き (魚、コーン缶、チーズ、マヨネーズ、パセリ、酒、塩) ミルクおから (おから、豚挽肉、玉葱、人参、チーズ、葱、砂糖、醤油、塩、油、牛乳) じゃが芋スープ (じゃが芋、玉葱、人参、葱、いりこ、塩、醤油) ★ジャムサンド (食パン、マーガリン、いちごジャム) 牛乳	カップごはん ★鶏のから揚げ (鶏肉、醤油、片栗粉、生姜、油、酒、にんにく、人参、きゅうり) ポテトサラダ (じゃが芋、きゅうり、チーズ、マヨネーズ、ハム、人参、塩、こしょう) コーンポタージュ (コーン缶、玉葱、パセリ、クリームコーン、牛乳、塩、コンソメ、卵) 果物 マカロニの安倍川 (マカロニ、塩、きな粉、砂糖) 果物 牛乳	スタミナ納豆丼 (米、納豆、豚挽肉、葱、ごま、にんにく、生姜、砂糖、酒、醤油) 玉ねぎのみそ汁 (玉葱、いりこ、みそ、人参、わかめ) 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	12日(月) 卒園式予行練習	13日(火)	14日(水)	15日(木) 誕生会	16日(金)	17日(土)
	★カレーライス (米、人参、じゃが芋、グリーンピース、油、生姜、カレールウ、にんにく、醤油、玉葱、牛肉) スティック野菜 (きゅうり、人参、マヨネーズ) 果物 ★クッキー (小麦粉、砂糖、卵、ベーキングパウダー、バター) 牛乳	ごはん 豆腐とエビのケチャップ煮 (豆腐、エビ、人参、玉葱、チンゲン菜、砂糖、生姜、ケチャップ、醤油、片栗粉、にんにく) もやしのナムル (もやし、砂糖、醤油、ごま油、人参、きゅうり、酢) さつま芋のみそ汁 (さつま芋、人参、玉葱、油揚げ、みそ、葱) キャロット蒸しパン (ミックス粉、人参、卵、牛乳、バター、砂糖、オレンジジュース) 牛乳	たらこスパゲティ (スパゲティ、バター、油、にんにく、たらこ、玉葱、塩、こしょう、醤油、刻みのみり) 納豆和え (ほうれん草、納豆、かつお節、醤油、キャベツ、人参) ★わかめスープ (玉葱、醤油、人参、鶏がらだし、わかめ、塩) 果物 ゆかりおにぎり (米、ゆかりふりかけ) チーズ	ごはん 魚の塩焼き (魚、酒、塩) ひじき煮 (ひじき、人参、油揚げ、大豆、砂糖、醤油、油) 白菜のみそ汁 (白菜、油揚げ、人参、玉葱、みそ、いりこ) ロールケーキ (小麦粉、グラニュー糖、バター、生クリーム、卵) 牛乳	ごはん ハンバーグ (豚挽肉、玉葱、人参、卵、パン粉、塩、油、乾燥大豆) 即席漬け (キャベツ、きゅうり、人参、醤油、塩) ★春雨スープ (春雨、人参、塩、醤油、もやし、ニラ、鶏がらだし) おやついりこ バナナ 牛乳	ひじきご飯 (米、ひじき、人参、油揚げ、醤油) もやしのみそ汁 (もやし、いりこ、みそ、玉葱、人参、わかめ) 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	19日(月)	20日(火) 神楽教室	21日(水)	22日(木) 遊びまじょうの会	23日(金)	24日(土)
	ごはん 肉豆腐 (牛肉、豆腐、しらたき、人参、大根、玉葱、油、砂糖、醤油) キャベツの昆布和え (キャベツ、人参、塩っぱ) ふのすまし汁 (ふ、玉葱、葱、しめじ、いりこ、塩、醤油) ツナコーンピザ (ピザ生地、ケチャップ、玉葱、ツナ、コーン、マヨネーズ、チーズ) 牛乳	★お魚丼 (米、魚、にんにく、生姜、片栗粉、醤油、砂糖、みりん、酒) 切干大根のサラダ (切干大根、人参、ごま、きゅうり、ごま油、醤油、酢、砂糖) きのこのみそ汁 (えのき、しめじ、人参、葱、いりこ、みそ) 果物 ★ぶかし芋 (さつま芋) 牛乳	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">春分の日</div>	★煮込みうどん (うどん、鶏肉、玉葱、人参、卵、葱、いりこ、塩、醤油、みりん、椎茸) 五目豆 (オール豆、人参、昆布、しらたき、ごぼう、醤油、砂糖) 果物 ほたもち (米、あんこ、砂糖、塩、きな粉、もち米) 牛乳	ごはん ★魚のピカタ (魚、酒、塩、卵、小麦粉、粉チーズ、パセリ) 中華風和え物 (キャベツ、きゅうり、人参、わかめ、ハム、酢、醤油、ごま油、砂糖) わかめのみそ汁 (わかめ、玉葱、醤油、人参、いりこ、塩、卵) ヨーグルト和え (もも缶、みかん缶、パン缶、バナナ、ヨーグルト、砂糖) 牛乳	炊き込みご飯 (米、人参、しめじ、油揚げ、鶏肉、ごぼう、醤油) 厚揚げのみそ汁 (厚揚げ、人参、もやし、葱、玉葱、いりこ、みそ) 果物 菓子 牛乳
おやつ						
	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金) 保育終了	31日(土)
	★マーボー丼 (米、豆腐、玉葱、人参、葱、生姜、みそ、砂糖、片栗粉、ごま油、豚挽肉、干し椎茸、筍、鶏がらだし) もやしのじゃこ入りお浸し (もやし、人参、しらす、醤油、ごま油) 中華スープ (えのき、わかめ、卵、人参、葱、コンソメ、塩、醤油) ★みだらし団子 (白玉粉、砂糖、醤油、片栗粉) 牛乳	ごはん 魚の生姜煮 (魚、生姜、酒、みりん、砂糖、醤油) 春雨サラダ (春雨、人参、きゅうり、塩、酢、ごま油、醤油、砂糖) 豆腐のみそ汁 (玉葱、豆腐、人参、葱、いりこ、みそ) いももち (じゃが芋、片栗粉、バター、醤油、砂糖) 牛乳	ごはん ポークビーンズ (豚肉、玉葱、人参、塩、じゃが芋、トマト缶、油、グリーンピース、砂糖、醤油、ケチャップ、大豆) ほうれん草の磯和え (ほうれん草、人参、醤油、のり) えのきのみそ汁 (えのき、玉葱、人参、葱、いりこ、塩、醤油) 果物 牛乳寒みかんソースかけ (牛乳、寒天、砂糖、片栗粉、みかん缶)	ごはん 豆腐のあんかけ (豆腐、玉葱、豚挽肉、人参、えのき、ピーマン、砂糖、醤油、片栗粉) りんごサラダ (白菜、ブロッコリー、りんご、酢、油、砂糖、塩) 大根のみそ汁 (大根、人参、玉葱、葱、みそ、いりこ) マドレーヌ (ミックス粉、牛乳、砂糖、バター、卵) 牛乳	ロールパン 焼きそば (中華麺、人参、玉葱、塩、こしょう、ピーマン、豚肉、中濃ソース、キャベツ、ウスターソース、ケチャップ) ★卵スープ (卵、人参、玉葱、葱、鶏がらだし、塩、醤油) 果物 鮭おにぎり (米、鮭、ごま) チーズ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">新年度準備のため休園日</div>
おやつ						

3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳100ml)があります。行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

|



|