



# 3月献立表



平成31年3月発行  
こくふ子ども園

## ひな祭りに食べるひなあられ

3月3日はひな祭りです。ひな祭りとは桃の節句のことで、女の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。ひな祭りに食べる行事食の中に「ひなあられ」があります。ひなあられはその昔、子どもたちが外にひな人形を持ち歩いて野山や海辺の春の景色を楽しむひな遊びをする際に持って行くお菓子として親しまれていました。ひなあられの色にもそれぞれ意味があり、白は雪の大地のエネルギー、赤は生命のエネルギー、緑は木々が芽吹くエネルギーと言われています。この3色のひなあられから自然のエネルギーを得て、1年を元気に過ごしたいですね。



1日(金) ひな祭り会 菜の花寿司(米、砂糖、昆布だし、酒、酢、塩、干し椎茸、人参、葱、しらす、菜の花、醤油、カニカマ、錦糸卵) 魚の西京焼き(魚、みそ、みりん、砂糖、油) 大根のそぼろ煮(大根、鶏挽肉、人参、白菜、醤油、砂糖) わかめのすまし汁(わかめ、玉葱、人参、卵、いりこ、塩、醤油) 果物 さくら餅(白玉粉、小麦粉、砂糖、あんこ、油) ひなあられ カルピス	2日(土) あなごご飯(米、穴子、人参、ごぼう、刻みのり、醤油、みりん、砂糖、酒) 白菜のみそ汁(白菜、油揚げ、人参、玉葱、いりこ、みそ) 果物 菓子 牛乳
---	---

	4日(月) 音楽指導	5日(火)	6日(水)	7日(木) 記念撮影	8日(金) お別れ会	9日(土)
	ごはん 鶏肉のマーマレード煮(鶏肉、マーマレード、にんにく、酒、醤油) 甘酢和え(キャベツ、人参、しらす、きゅうり、かまぼこ、わかめ、ごま、酢、砂糖) 春雨スープ(春雨、人参、もやし、ニラ、鶏がらだし、塩、醤油) 果物 チーズケーキ(クリームチーズ、卵、生クリーム、小麦粉、砂糖、レモン汁) 牛乳	ごはん 魚のちゃんちゃん焼き(魚、キャベツ、玉葱、人参、もやし、葱、小麦粉、バター、みそ、醤油、生姜、油) じゃが芋のきめ煮(じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、砂糖、醤油、油) きのこのすまし汁(しめじ、えのき、椎茸、人参、葱、卵、いりこ、塩、醤油) ピーチゼリー(もも、りんごジュース、寒天、砂糖)	ラーメン(中華麺、焼き豚、玉葱、人参、もやし、キャベツ、葱、いりこ、鶏がらだし、塩、醤油、ごま油) 焼きししゃも(ししゃも) きゅうりの酢の物(きゅうり、人参、わかめ、砂糖、醤油、酢) スノーボール(小麦粉、砂糖、アーモンドプードル、粉砂糖、バター、マーブルチョコ) 牛乳	ごはん 揚げだし豆腐(豆腐、片栗粉、葱、かつお節、醤油、みりん、油) ほうれん草の納豆和え(ほうれん草、納豆、キャベツ、人参、かつお節、醤油) 大根のみそ汁(大根、人参、玉葱、葱、いりこ、みそ) 小魚のスティックトースト(食パン、マヨネーズ、しらす、粉チーズ) 牛乳	ごはん エビフライ(エビ、塩、こしょう、天ぷら粉、パン粉、油) スパゲティサラダ(スパゲティ、きゅうり、人参、ハム、りんご、マヨネーズ、塩) パンプキンスープ(南瓜、玉葱、コンソメ、牛乳、塩) 果物 ホットケーキ(ミックス粉、卵、牛乳、マーガリン) 牛乳	鶏肉とごぼうのピラフ(米、鶏肉、ごぼう、ピーマン、人参、玉葱、コーン、マーガリン、塩、こしょう、コンソメ) 豆腐のすまし汁(豆腐、玉葱、人参、葱、いりこ、塩、醤油) 果物 菓子 牛乳
11日(月) 開講式・卒園式予行練習	12日(火)	13日(水) 誕生会	14日(木)	15日(金)	16日(土)	
	ごはん 洋風卵焼き(卵、鶏挽肉、玉葱、ピーマン、椎茸、バター、塩、こしょう、酒、ケチャップ) ほうれん草のごま和え(ほうれん草、人参、ごま、醤油) もやしのすまし汁(もやし、人参、わかめ、玉葱、いりこ、塩、醤油) ココア入り牛乳もち(牛乳、片栗粉、砂糖、塩、ココアパウダー、きな粉)	ごはん 野菜の肉巻き(豚肉、人参、いんげん、えのき、醤油、砂糖、みりん、酒) あさりのしぐれ煮(水煮あさり、生姜、醤油、酒、みりん) かぶのみそ汁(かぶ、人参、油揚げ、わかめ、いりこ、みそ) 果物 ロールケーキ(小麦粉、グラニュー糖、卵、バター、生クリーム) 牛乳	ごはん 魚のホイル焼き(魚、塩、こしょう、玉葱、椎茸、えのき、バター) ひじきの煮物(ひじき、人参、しらたき、いんげん、砂糖、醤油、油) ほうれん草のみそ汁(ほうれん草、玉葱、人参、葱、いりこ、みそ) いももち(じゃが芋、バター、片栗粉、醤油、砂糖) 牛乳	きつねうどん(うどん、玉葱、人参、かまぼこ、油揚げ、葱、かつお節、出し昆布、塩、醤油) 小松菜のナムル(小松菜、もやし、人参、コーン、ごま、ごま油、塩、酢、醤油、砂糖) 果物 のりむすび(米、塩、味付けのり) チーズ	野菜たっぷり豚丼(米、豚肉、玉葱、人参、もやし、酒、塩、こしょう、醤油、レモン汁) しめじのすまし汁(しめじ、玉葱、人参、いりこ、塩、醤油) 果物 菓子 牛乳	
18日(月)	19日(火)	20日(水) 遊びまじりの会・いちご狩り	21日(木)	22日(金)	23日(土)	
	ごはん ロールパン ミートスパゲティ(スパゲティ、合挽肉、人参、玉葱、グリーンピース、にんにく、生姜、粉チーズ、ウスターソース、塩、コンソメ、ケチャップ、トマト缶、砂糖) ポテトスープ(じゃが芋、玉葱、しめじ、卵、コンソメ、塩、こしょう) おがかおにぎり(米、かつお節、ごま、塩、醤油、みりん) チーズ	ごはん 厚揚げチャンプルー風(厚揚げ、豚肉、人参、玉葱、ニラ、もやし、干し椎茸、醤油、ごま油) 小松菜のツナ和え(小松菜、ツナ、コーン、マヨネーズ、醤油) 里芋のみそ汁(里芋、玉葱、人参、葱、いりこ、みそ) かぼちゃパイ(パイ生地、南瓜、砂糖、生クリーム、卵) 牛乳	春分の日 	ごはん 鶏肉の梅焼き(鶏肉、梅干し、みそ、みりん、砂糖、醤油、酒) 即席漬け(キャベツ、きゅうり、人参、醤油、塩) 豆腐のすまし汁(豆腐、里芋、えのき、葱、いりこ、醤油、塩) ふかし芋(さつま芋) 牛乳	ひじきごはん(米、ひじき、鶏肉、人参、しらす、油揚げ、薄口醤油) 貝だくさんみそ汁(じゃが芋、人参、大根、玉葱、しめじ、葱、いりこ、みそ) 果物 菓子 牛乳	
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金) 保育終了	30日(土)	
ごはん ジャーマンポテト(じゃが芋、人参、玉葱、ウインナー、コーン、パセリ、にんにく、バター、コンソメ、こしょう) ごぼうサラダ(ごぼう、きゅうり、ツナ、人参、コーン、マヨネーズ、ごま) 白菜のスープ(白菜、人参、ベーコン、玉葱、卵、コンソメ、塩、醤油) バナナケーキ(バナナ、小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、塩、アーモンドプードル) 牛乳	ごはん 豆腐のカレーあんかけ(豆腐、豚挽肉、玉葱、人参、えのき、ピーマン、カレー粉、砂糖、醤油、カレールウ、片栗粉) 白菜のしらす和え(白菜、人参、しらす、醤油) いなのすまし汁(いりこ、玉葱、えのき、いりこ、葱、塩、醤油) きな粉団子(白玉粉、きな粉、砂糖、塩) 牛乳	ごはん 魚の磯辺フライ(魚、塩、青のり、酒、天ぷら粉、パン粉、油) 和風サラダ(キャベツ、もやし、人参、竹輪、ごま、醤油、マヨネーズ) じゃが芋のみそ汁(じゃが芋、人参、玉葱、葱、いりこ、みそ) ピザトースト(食パン、ケチャップ、ピーマン、玉葱、ベーコン、チーズ) 牛乳	ごはん れんこんハンバーグ(れんこん、鶏挽肉、ひじき、玉葱、卵、塩) キャベツのしおっぺ和え(キャベツ、きゅうり、人参、しおっぺ) ミネストローネ(ベーコン、玉葱、人参、キャベツ、じゃが芋、パセリ、塩、こしょう、コンソメ、トマト缶、オリーブオイル) フルーチェ	塩焼きそば(中華麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、玉葱、イカ、エビ、塩、こしょう、にんにく、鶏がらだし、刻みのり、油) ニラスープ(ニラ、玉葱、人参、わかめ、鶏がらだし、塩、醤油) 果物 ひじきおにぎり(米、ひじき、鶏肉、人参、油揚げ、しらす、薄口醤油) チーズ	新年度準備 	

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。



