



3月献立表



令和2年3月発行
みなと子ども園

	2日(月)	3日(火) ひな祭り	4日(水) 音楽指導	5日(木)	6日(金)	7日(土)
	シーフードスパゲティ [スパゲティ、エビ、イカ、ベーコン、あさり、玉葱、人参、しめじ、にんにく、油、ケチャップ、塩、砂糖、コンソメ] 白菜とみかんのサラダ [白菜、きゅうり、みかん缶、レーズン、油、酢、塩、こしょう] ◎コーンスープ [クリームコーン缶、玉葱、バター、小麦粉、牛乳、パセリ、コンソメ、塩]	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、もみり、でんぶ、錦糸卵、さやえんどう] ほうれん草の白和え [ほうれん草、しらたき、人参、豆腐、ごま、みそ、砂糖、塩] 潮汁 [あさり、葱、塩、醤油、酒] いちご [白玉粉、小麦粉、あんこ、食紅] ひなあられ	ご飯 ささみのスティック コンソメフライ [鶏ささみ、塩、こしょう、油、小麦粉、パン粉、コンソメ] ポテトサラダ [じゃが芋、きゅうり、人参、チーズ、コーン缶、塩、マヨネーズ、こしょう] オニオンスープ [玉葱、えのき、パセリ、塩、コンソメ]	ご飯 肉豆腐 [豆腐、牛肉、しらたき、人参、しめじ、大根、油、いんげん、砂糖、醤油] 甘酢和え [じゃべつ、人参、きゅうり、ごま、わかめ、しらす、砂糖、酢] もやしのみずまし汁 [もやし、人参、しめじ、あさり、いりこ、醤油、塩] さつま芋とりんごの重ね煮 [さつま芋、りんご、レーズン、バター、砂糖、レモン汁] 牛乳	ご飯 サケの塩焼き [サケ、塩] ひじき煮 [ひじき、人参、こんにやく、さつま揚げ、いんげん、砂糖、醤油、みりん] 豚汁 [豆腐、ごぼう、人参、葱、いりこ、みそ、しめじ、豚肉、大根] ヨーグルト ウエハース	ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、しめじ、人参、ハヤシルウ、油] コンソメスープ [玉葱、人参、じゃが芋、しめじ、コンソメ、塩、醤油] りんご菓子
おやつ	じおっぺおにぎり [米、しおっぺ] チーズ	さくらもち [白玉粉、小麦粉、あんこ、食紅] カルピス	◎フルーツサンド [食パン、生クリーム、グラニュー糖、バナナ、いちご]	◎フルーツサンド [食パン、生クリーム、グラニュー糖、バナナ、いちご]	◎フルーツサンド [食パン、生クリーム、グラニュー糖、バナナ、いちご]	◎フルーツサンド [食パン、生クリーム、グラニュー糖、バナナ、いちご]
	9日(月)	10日(火)	11日(水) お別れ会	12日(木)	13日(金)	14日(土)
	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ [豆腐、鶏ミンチ、玉葱、人参、きぬさや、砂糖、醤油、片栗粉] レバーの甘辛煮 [レバー、にんにく、生姜、砂糖、醤油、酒] ふの味噌汁 [ふ、油揚げ、葱、玉葱、いりこ、みそ] チーズ蒸しパン [ミックス粉、チーズ、ベーコン、牛乳、青のり] 牛乳	ご飯 魚のコーンマヨネーズ焼き [バトウ、塩、マヨネーズ、コーン缶、パセリ、チーズ] じゃべつとわかめのナムル [じゃべつ、わかめ、人参、醤油、ごま油、ごま、塩、鶏がらだし] とろみ汁 [人参、椎茸、大根、しめじ、葱、いりこ、醤油、塩、片栗粉] いちごもち [じゃが芋、片栗粉、砂糖、醤油、味付けのり] 牛乳	◎エビピラフ [米、エビ、人参、玉葱、塩、コーン缶、マヨネーズ、こしょう、コンソメ、パセリ] ◎から揚げ [鶏肉、酒、塩、油、みりん、片栗粉、醤油、にんにく、生姜] 野菜サラダ [白菜、きゅうり、パイン缶、レーズン、酢、砂糖、塩] 野菜スープ [人参、じゃべつ、玉葱、塩、しめじ、パセリ、鶏がらだし] いちご レモンラスク [食パン、バター、レモン、砂糖] 牛乳	ハンバーグ [ロールパン、合ミンチ、玉葱、卵、パン粉、牛乳、油、ケチャップ、きゅうり、チーズ] ミネストローネ [鶏肉、玉葱、人参、しめじ、じゃべつ、じゃが芋、パセリ、トマト缶、マカロニ、塩、こしょう、コンソメ] りんご ◎クッキー [小麦粉、バター、砂糖、卵]	けんちんうどん [うどん、鶏肉、玉葱、人参、ごぼう、油揚げ、葱、いりこ、醤油、塩] 焼きししゃも [ししゃも、トマト] ほうれん草のごま和え [ほうれん草、人参、ごま、醤油] ゆかりおにぎり [米、ゆかりふりかけ、押し麦] チーズホットケーキ(さくら)	中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、筍、玉葱、人参、干し椎茸、ピーマン、ごま油、生姜、にんにく、コンソメ、醤油、塩、片栗粉] 中華スープ [人参、ニラ、玉葱、塩、醤油、鶏がらだし] バナナ菓子
おやつ	チーズ蒸しパン [ミックス粉、チーズ、ベーコン、牛乳、青のり] 牛乳	いちごもち [じゃが芋、片栗粉、砂糖、醤油、味付けのり] 牛乳	いちご レモンラスク [食パン、バター、レモン、砂糖] 牛乳	◎クッキー [小麦粉、バター、砂糖、卵]	ゆかりおにぎり [米、ゆかりふりかけ、押し麦] チーズホットケーキ(さくら)	バナナ菓子
	16日(月)	17日(火) 誕生会	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土) 卒園式
	サケときのこの炊き込みご飯 [米、サケ、椎茸、しめじ、薄口醤油、塩] 浅漬け [大根、人参、きゅうり、ゆかりふりかけ] 南瓜の味噌汁 [南瓜、玉葱、油揚げ、葱、いりこ、みそ] マカロニ安倍川 [マカロニ、きな粉、砂糖、塩] 牛乳	ご飯 ◎トンカツ [豚肉、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、中農ソース、ウスターソース、ケチャップ] 切干大根の煮物 [切干大根、人参、干し椎茸、さつま揚げ、醤油、砂糖] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、わかめ、葱、いりこ、醤油、塩] ロールケーキ [小麦粉、グラニュー糖、生クリーム、卵] 牛乳	塩焼きそば [中華麺、豚肉、エビ、イカ、玉葱、じゃべつ、人参、ピーマン、にんにく、塩、鶏がらだし、こしょう、刻みねぎ、油] さつま芋の煮物 [さつま芋、砂糖、醤油] ワンタンスープ [餃子の皮、玉葱、チンゲン菜、コーン缶、醤油、鶏がらだし] りんご おやき [米、ごま、チーズ、桜エビ、しらす、酒、醤油] 牛乳	ご飯 ◎グラタン [ベーコン、マカロニ、玉葱、ほうれん草、牛乳、チーズ、塩、マギー、小麦粉、こしょう、コンソメ、パン粉] ブロッコリーのコーン和え [ブロッコリー、コーン缶、醤油] コロコロスープ [じゃが芋、人参、玉葱、チンゲン菜、コンソメ、塩] ヨーグルト和え [ヨーグルト、バナナ、みかん缶、もも缶、砂糖] ウエハース	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> 春分の日  </div>	炊き込みご飯 [米、鶏肉、ごぼう、人参、しめじ、さつま揚げ、薄口醤油] 小松菜のすまし汁 [小松菜、玉葱、えのき、あさり、いりこ、醤油、塩] バナナ菓子
おやつ	マカロニ安倍川 [マカロニ、きな粉、砂糖、塩] 牛乳	ロールケーキ [小麦粉、グラニュー糖、生クリーム、卵] 牛乳	おやき [米、ごま、チーズ、桜エビ、しらす、酒、醤油] 牛乳	ヨーグルト和え [ヨーグルト、バナナ、みかん缶、もも缶、砂糖] ウエハース	バナナ菓子	バナナ菓子
	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
	ラーメン [中華麺、焼豚、にんにく、玉葱、じゃべつ、人参、コーン缶、葱、ごま油、鶏がらだし、いりこ、塩、こしょう、生姜] あさりのしぐれ煮 [あさり、生姜、砂糖、醤油] ひじきのごま和え [ひじき、いんげん、人参、ごま、酢、醤油、砂糖] りんご ぼたもち [米、もち米、きな粉、砂糖、塩、あんこ] 牛乳	ご飯 エビフライ [エビ、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、トマト] ミルクおから [豚ミンチ、人参、玉葱、おから、油、砂糖、塩、醤油、チーズ、牛乳、葱] かきたま汁 [玉葱、しめじ、葱、卵、いりこ、醤油、塩] 年乳寝みかんソースかけ [牛乳、寒天、砂糖、みかん缶、グラニュー糖、コーンスターチ]	ご飯 厚揚げと春雨の煮物 [厚揚げ、人参、ニラ、豚肉、玉葱、春雨、干し椎茸、生姜、にんにく、鶏がらだし、醤油、砂糖、みりん、酒] じゃべつと小魚和え [じゃべつ、小松菜、しらす、かつお節、醤油] えのきのみずまし汁 [玉葱、人参、えのき、わかめ、いりこ、醤油、塩] オレンジ ★チーズまんじゅう [ミックス粉、バター、卵、砂糖、クリームチーズ] 牛乳	◎チキンライス [米、鶏肉、人参、玉葱、コンソメ、ケチャップ、バター、塩、こしょう、パセリ] ごまネーズサラダ [大根、小松菜、人参、マヨネーズ、醤油、塩] 豆乳スープ [玉葱、大根、椎茸、豆乳、塩、コンソメ] ◎もちピザ [餃子の皮、もち、もみり、砂糖、醤油、チーズ] 牛乳	ご飯 魚のムニエル [バトウ、小麦粉、バター、塩、こしょう] 蒸し野菜の豆腐ディップ [南瓜、大根、人参、豆腐、きゅうり、レモン汁、塩] わかめの味噌汁 [チンゲン菜、玉葱、人参、油揚げ、わかめ、いりこ、みそ] あんこパイ [パイ生地、あんこ]	しめじご飯 [米、鶏肉、人参、しめじ、さつま揚げ、ごぼう、薄口醤油] 豆腐のすまし汁 [豆腐、玉葱、しめじ、わかめ、いりこ、醤油、塩] オレンジ菓子
おやつ	ぼたもち [米、もち米、きな粉、砂糖、塩、あんこ] 牛乳	年乳寝みかんソースかけ [牛乳、寒天、砂糖、みかん缶、グラニュー糖、コーンスターチ]	★チーズまんじゅう [ミックス粉、バター、卵、砂糖、クリームチーズ] 牛乳	◎もちピザ [餃子の皮、もち、もみり、砂糖、醤油、チーズ] 牛乳	あんこパイ [パイ生地、あんこ]	オレンジ菓子
	30日(月)	31日(火)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;">  <p>今月もさくら組さんからのリクエストメニューをいれました!</p> <p>リクエストメニューには◎印をつけています。</p> <p>★印は新メニューです!</p> </div>			
おやつ	ドライカレー [米、押し麦、合ミンチ、玉葱、人参、レーズン、カレールウ、油、醤油、にんにく] スティック野菜 [きゅうり、人参、大根、マヨネーズ] フルーチェ [フルーチェの素、牛乳] ウエハース	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> 新年度準備 休園日  </div>				

食にまつわる年中行事 桃の節句

3月3日の桃の節句は、女の子の成長と厄除けを願った行事です。ちょうど桃の花の咲く季節で、桃には魔よけの力があると信じられていたことから、「桃の節句」と言われるようになりました。

ひな人形は、災厄を身から移して川に流した「流しひな」と、女の子の人形あそび「ひいなあそび」が一緒になったものとされ、今に伝えられています。

(いただきます ごちそうさま参照)

- 食育活動**
- ・ラップおにぎり
ばら組、ふじ組、さくら組
 - ・クッキーづくり
うめ組
 - ・ホットケーキづくり
さくら組

○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。