



3月の献立表



平成31年3月発行
みなと子ども園

縁起の良い意味が込められたひな祭りの食べ物

ちらし寿司

ちらし寿司そのものはいわれはありませんが、えび(長生き)、れんこん(見通しがきく)、豆(健康でまめに働ける)など縁起のいい具が祝いの席にふさわしく、キヌサヤ、卵、人参などの華やかな彩りが食卓に春を呼んでくれるため、ひな祭りの定番メニューとなったようです。

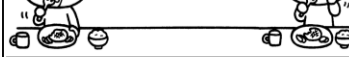
ひなあられ

餅に砂糖を絡めて炒った、ひな祭りの節句の代表的な菓子のひとつです。ピンク、緑、黄、白の4色でそれぞれ四季を表しているといわれています。でんぷんが多く健康に良いことから「1年中娘が幸せに過ごせるように」という願いが込められています。



★ さくら組のリクエストニュー

- わかめごはん
 - 鶏肉のからあげ
 - マカロニサラダ
 - 中華スープ
 - スノーボール
- 7日と8日にいれています。



食育活動予定

- ばら組 15日 ぎょうざ作り
- さくら 15日 クッキー作り

1 (金) ひな祭り会

ちらし寿司
[米、昆布、砂糖、塩、酢、鶏ミンチ、人参、油揚げ、椎茸、ごぼう、醤油、海苔、卵、でんぷ、キヌサヤ]

ほうれん草の白和え
[ほうれん草、豆腐、人参、こんにゃく、ごま、味噌、砂糖、塩]

潮汁
[あさり、葱、塩、醤油、酒]

いちご

桜もち [白玉粉、小麦粉、砂糖、食紅、あんこ]

ひなあられ・カルピス

2 (土)

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]

豆腐の味噌汁
[豆腐、玉葱、油揚げ、葱、いりこ、味噌]

バナナ菓子

牛乳

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金) お別れ会	9日(土)
	ご飯 厚揚げと春雨の煮物 [厚揚げ、春雨、人参、にら、豚肉、玉葱、椎茸、生姜、にんにく、鶏がらだし、醤油、砂糖、みりん、酒] 小魚和え [きゃべつ、しらす干し、小松菜、かつお節、醤油] ふのすまし汁 [おつゆふ、玉葱、しめじ、葱、いりこ、塩、醤油] 南瓜蒸しパン [ミックス粉、南瓜、サラダ油、レーズン] 牛乳	ロールパン ひじき入りハンバーグ [豚ミンチ、豆腐、玉葱、ひじき、パン粉、油、ケチャップ] クラムチャウダー [あさり、ほたて、人参、玉葱、じゃが芋、コーン、しめじ、牛乳、マーガリン、小麦粉、塩、こしょう、コンソメ] みかん たらこおにぎり [米、たらこ、塩] チーズ	ご飯 ★鶏肉のカリカリ焼き [鶏肉、醤油、酒、みりん、コーンフレーク、油] 煮豆 [金時豆、砂糖、塩] 油揚げの味噌汁 [白菜、人参、油揚げ、玉葱、白葱、いりこ、味噌] りんご キャベツパイ [きゃべつ、葱、ハム、砂糖、醤油、塩、こしょう、パイ、ごま油] 牛乳	★赤天入りラーメン [中華麺、赤天、人参、きゃべつ、もやし、玉葱、椎茸、葱、醤油、塩、ごま油、鶏がらだし] 焼きししゃも [ししゃも] 和風サラダ [ひじき、きゅうり、人参、ツナ、ごま、マヨネーズ、醤油] バナナ スノーボール [小麦粉、アーモンド、砂糖、油] 牛乳	カラフルおにぎり [米、わかめふりかけ、ゆかり粉、サケフレーク] 鶏肉のから揚げ [鶏肉、にんにく、醤油、塩、酒、片栗粉、油、トマト、プロッコリー] マカロニサラダ [マカロニ、ウインナー、人参、枝豆、コーン、オリーブ油] 中華スープ [豆腐、玉葱、椎茸、葱、塩、鶏がらだし、醤油] パフェ [桃ジュース、寒天、砂糖、黄桃、いちご、アラザン、豆乳クリーム] 牛乳	マーボー丼 [米、豆腐、合ミンチ、にんにく、生姜、玉葱、人参、椎茸、葱、味噌、砂糖、醤油、片栗粉、ごま油] 大根のすまし汁 [大根、玉葱、えのき、葱、いりこ、塩、醤油] バナナ菓子 牛乳
	きつねうどん [うどん、油揚げ、みりん、醤油、葱、塩、昆布、かつお節] 具だくさん卵焼き [卵、鶏肉、玉葱、人参、グリーンピース、コーン、コンソメ] きんぴら [ごぼう、人参、ピーマン、こんにゃく、ごま、醤油、砂糖、ごま油] バナナ おやき [米、ごま、チーズ、桜えび、しらす干し、酒、醤油]	ご飯 魚のパン粉焼き [バトウ、油、パン粉、パセリ、塩、こしょう] きゃべつとわかめのナムル [きゃべつ、人参、わかめ、醤油、ごま油、ごま、塩] じゃが芋のみそ汁 [じゃが芋、玉葱、人参、油揚げ、葱、いりこ、味噌] 人参団子 [人参、白玉粉、きな粉、砂糖、塩] 牛乳	ドライカレー [米、押し麦、合ミンチ、油、にんにく、玉葱、人参、レーズン、カレールウ、醤油] スティックサラダ [きゅうり、人参、大根、マヨネーズ] みかん シユガードースト [食パン、マーガリン、砂糖] 牛乳	ご飯 豆腐のあんかけ [豆腐、牛肉、グリーンピース、生姜、砂糖、醤油、みりん、片栗粉、油] レバーの甘辛煮 [レバー、にんにく、生姜、酒、砂糖、醤油] ポテトスープ [じゃが芋、人参、玉葱、コーン、パセリ、醤油、塩、コンソメ] ショコドケーキ [小麦粉、砂糖、卵、生クリーム、いちご] 牛乳	ご飯 鶏肉のマーマレード煮 [鶏肉、マーマレードジャム、酒、醤油、にんにく、油] 南瓜サラダ [南瓜、じゃが芋、きゅうり、チーズ、レーズン、マヨネーズ、塩、こしょう] 厚揚げのとろみ汁 [厚揚げ、もやし、人参、葱、椎茸、いりこ、醤油、片栗粉] ヨーグルト ウエハース	ピラフ [米、ウインナー、人参、ピーマン、玉葱、コーン、塩、こしょう、コンソメ、油] 野菜スープ [キャベツ、人参、さつまい、玉葱、コンソメ、塩、醤油] バナナ菓子 牛乳
	ご飯 あじカツ [あじ、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、ソース] 切干し大根の含め煮 [切干し大根、人参、椎茸、さつま揚げ、いんげん、砂糖、醤油] ワンタンスープ [ワンタン、玉葱、チンゲン菜、コーン、醤油、鶏がらだし] ★大豆がりんどう [大豆、小麦粉、牛乳、油、B.P.、油、黒砂糖] 牛乳	シーフードスパゲティ [スパゲティ、えび、いか、ウインナー、あさり、玉葱、人参、しめじ、にんにく、油、ケチャップ、塩、チーズ] 甘酢和え [プロッコリー、人参、ごま、砂糖、酢、醤油、塩] かき玉汁 [玉葱、人参、じゃが芋、卵、葱、いりこ、醤油、塩] りんご 海苔むすび [米、塩、海苔] チーズ	ご飯 豚肉の野菜巻き [豚肉、小麦粉、いんげん、人参、えのき、醤油、砂糖、酒、みりん、プロッコリー] ひじきの煮物 [ひじき、大豆、ちくわ、人参、グリーンピース、砂糖、醤油] きゃべつ味噌汁 [きゃべつ、玉葱、人参、葱、いりこ、味噌] ★豆腐のレアチーズケーキ風 [豆腐、豆乳ヨーグルト、みかん、砂糖、寒天、マーマレード] 牛乳	<p style="text-align: center;">春分の日 卒園式</p>	コロケサンド [食パン、じゃが芋、玉葱、豚ミンチ、塩、こしょう、卵、パン粉、バター、きゃべつ、ソース、ケチャップ] あさりスープ [あさり、人参、白菜、豆腐、塩、醤油、パセリ、コンソメ] みかん ほたもち [米、もちろ、きな粉、砂糖、塩、あんこ] 牛乳	スタミナ納豆丼 [米、納豆、醤油、鶏ミンチ、にんにく、生姜、ごま油、葱、砂糖、酒] わかめの味噌汁 [わかめ、玉葱、コーン、人参、いりこ、塩、醤油] バナナ菓子 牛乳
	ご飯 サケの塩焼き [サケ、塩、プロッコリー] おからのカレーサラダ [おから、ハム、きゅうり、コーン、塩、マヨネーズ、カレー粉、こしょう] のっぺい汁 [里芋、人参、ごぼう、しめじ、油揚げ、葱、いりこ、醤油、塩、片栗粉] ヨーグルトケーキ [小麦粉、砂糖、卵、バター、B.P.、ヨーグルト] 牛乳	ご飯 揚げ出し豆腐 [豆腐、片栗粉、油、大根、砂糖、みりん、醤油] グリーンピース 酢味噌和え [ほうれん草、人参、わかめ、いか、味噌、砂糖、醤油、酢] そうめん汁 [そうめん、玉葱、椎茸、かまぼこ、葱、いりこ、塩、醤油] バナナ さつま芋とりんごの重煮 [さつま芋、りんご、レーズン、砂糖、レモン] 牛乳	★変わりチキンライス [米、野菜ジュース、酒、マヨネーズ、コンソメ、塩、こしょう、玉葱、人参、ピーマン、ウインナー] きゃべつ塩もみサラダ [キャベツ、きゅうり、塩、ごま油、ごま、レモン] にらスープ [もやし、しめじ、玉葱、にら、コーン、コンソメ、塩、こしょう] フライドポテト [じゃが芋、油、塩、青海苔] 牛乳	ご飯 豚肉じゃが [豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、こんにゃく、いんげん、油、酒、砂糖、醤油] 春雨サラダ [きゅうり、人参、春雨、ツナ、醤油、塩、マヨネーズ] えのきのみそ汁 [玉葱、えのき、わかめ、いりこ、味噌] フルーツゼリー [寒天、砂糖、りんご、りんごジュース] 牛乳	ハヤシルライス [米、牛肉、油、にんにく、玉葱、人参、グリーンピース、しめじ、ハヤシルウ] コールスンドーサラダ [白菜、きゅうり、レーズン、パイン、酢、塩、こしょう、油] バナナ 	<p style="text-align: center;">新年度準備 休園日</p>

○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。★印は新メニューです。

引率

