



3月献立表



令和2年3月発行

長沢保育園

	2日(月) ひなまつり会	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金) お別れ会	7日(土)	
	角寿司 米、昆布、砂糖、塩、酢、醤油、人参、ごぼう、干し椎茸、でんぶ 行事食です サワラの若草焼き サワラ、抹茶、マヨネーズ、トマト 潮汁 アサリ、葱、塩、醤油 バナナ 桜もち 白玉粉、小麦粉、あんこ、食紅、油、桜の葉 ひなあられ カルピス	ご飯 豚肉の生姜焼き 豚肉、玉葱、生姜、砂糖、醤油、酒、きゃべつ ナムル 小松菜、人参、もやし、ごま、醤油 豆腐の味噌汁 豆腐、玉葱、人参、わかめ、いりこ、味噌 みかん カレーパン 牛乳 ロールパン、合挽ミンチ、玉葱、にんにく、小麦粉、パン粉、カレールー、油	ラーメン 中華麺、焼き豚、人参、きゃべつ、もやし、玉葱、葱、いりこ、醤油、塩、鶏がらスープ 焼きししゃも ししゃも、プロッコリー 切干し大根のサラダ 切干し大根、きゅうり、人参、ごま、砂糖、酢、醤油 バナナ わかめおにぎり 米、押し麦、わかめふりかけ チーズ	ご飯 豆腐とエビのケチャップ煮 豆腐、エビ、豚肉、玉葱、人参、トマト缶、ケチャップ、砂糖、醤油、片栗粉 プロッコリーの和え物 プロッコリー、人参、醤油 なめこのすまし汁 なめこ、玉葱、葱、いりこ、塩、醤油 パンケーキ パン、ミックス粉、牛乳、レーズン 牛乳	ピラフ 米、ウィンナー、玉葱、人参、ピーマン、コーン、バター、コンソメ、塩 エビフライ エビ、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、トマト マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、人参、シーチキン、チーズ、オリーブ油、塩 コーンスープ コーン、玉葱、パセリ、コンソメ、塩 ヨーグルト いちご ウエハース	穴子ご飯 米、穴子、人参、ごぼう、キヌサヤ、砂糖、醤油 コンソメスープ 玉葱、きゃべつ、しめじ、コンソメ、塩 りんご菓子 牛乳	
おやつ							
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	
	ご飯 西京焼き 鮭、味噌、酒、砂糖、みりん、きゃべつ きゅうりの酢の物 きゅうり、もやし、カニカマ、わかめ、砂糖、塩、酢 大根の味噌汁 大根、玉葱、人参、アサリ、葱、いりこ、味噌 オレンジ じゃが芋ドーナツ じゃが芋、ミックス粉、牛乳、砂糖、油、グラニュー糖 牛乳	ロールパン チキングラタン 鶏肉、玉葱、ほうれん草、マカロニ、牛乳、小麦粉、マーガリン、コンソメ、塩、チーズ、パン粉 ★グリーンサラダ きゃべつ、白菜、りんご、ごま、醤油、砂糖、酢、ごま油 わかめスープ わかめ、玉葱、人参、えのき、コンソメ、塩 塩うべおにぎり 米、押し麦、塩昆布 牛乳	ご飯 ★厚揚げチャンプルー 厚揚げ、豚肉、人参、玉葱、にら、もやし、干し椎茸、ごま油、醤油 和風サラダ ひじき、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ、醤油 心の味噌汁 心、玉葱、しめじ、小松菜、いりこ、味噌 さつま芋とりんごの重ね煮 りんご、さつま芋、砂糖、レーズン、バター 牛乳	わかめうどん うどん、わかめ、玉葱、かまぼこ、葱、昆布、かつお節、塩、醤油 ★野菜のふくら煮 鶏肉、里芋、れんこん、ごぼう、こんにゃく、人参、いりこ、みりん、醤油 ほうれん草のごま和え ほうれん草、人参、もやし、ごま、醤油 オレンジ ココアクッキー 小麦粉、ココア、砂糖、牛乳、バター、アーモンドプードル 牛乳	カレーライス 米、押し麦、牛肉、油、酒、玉葱、人参、じゃが芋、カレールー、醤油 甘酢和え きゃべつ、人参、竹輪、砂糖、塩、酢 バナナフルーツゼリー フルーツミックス、寒天、砂糖 牛乳	二色丼 米、鶏ミンチ、生姜、ほうれん草、ごま、醤油、砂糖、海苔 さつま芋の味噌汁 さつま芋、玉葱、人参、えのき、いりこ、味噌 りんご菓子 牛乳	
おやつ							
	16日(月)	17日(火) 誕生会	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土) 卒園式	
	ご飯 魚のアーモンドフライ バトウ、塩、こしょう、アーモンド、パン粉、プロッコリー ★もやしとじゃこのお浸し もやし、人参、しらす干し、醤油、ごま油 ★菜の花汁 菜の花、ほうれん草、玉葱、卵、いりこ、塩、醤油 ★ジャムパイ パイ生地、ジャム ★チョコパイ(そう組) パイ生地、チョコ 牛乳	ご飯 豚大根 豚肉、大根、人参、こんにゃく、厚揚げ、しめじ、砂糖、味噌、酒、醤油 三色和え きゃべつ、小松菜、コーン、塩昆布、醤油 えのきのすまし汁 えのき、玉葱、白菜、いりこ、塩、醤油 パフェ カスタード、生クリーム、グラニュー糖、いちごソース、飾り 牛乳	ゆかりご飯 揚げだし豆腐 豆腐、片栗粉、油、大根、醤油、みりん、昆布、かつお節、ほうれん草 ひじき煮 ひじき、人参、さつま揚げ、いんげん、砂糖、醤油 じゃが芋の味噌汁 じゃが芋、玉葱、えのき、葱、いりこ、味噌 キヤロット蒸しパン 人参、ミックス粉、牛乳、砂糖 牛乳	ミートスパゲティ スパゲティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、トマト缶、チーズ、ケチャップ、コンソメ、塩、油 ポテトサラダ じゃが芋、人参、きゅうり、マヨネーズ、塩、こしょう もやしのスープ もやし、玉葱、白菜、コンソメ、塩 ぼだもち もち米、米、あんこ 牛乳	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">春分の日</div> 		炊き込みご飯 米、鶏肉、しめじ、人参、ごぼう、薄口醤油 きゃべつの味噌汁 きゃべつ、玉葱、油揚げ、葱、いりこ、味噌 バナナ菓子 牛乳
おやつ							
	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	
	ご飯 筑前煮 鶏肉、人参、れんこん、ごぼう、葱、干し椎茸、こんにゃく、じゃが芋、砂糖、醤油 即席漬け きゃべつ、きゅうり、人参、醤油 厚揚げの味噌汁 厚揚げ、玉葱、わかめ、いりこ、味噌 オブリン 卵、牛乳、砂糖	塩焼きそば 中華麺、豚肉、イカ、玉葱、人参、きゃべつ、ピーマン、塩、鶏がらスープ、油 ほうれん草の花和え ほうれん草、もやし、卵、油、砂糖、醤油 豆腐のすまし汁 豆腐、大根、人参、葱、いりこ、みりん、塩、醤油 バナナ 焼きおにぎり 米、ごま、しらす干し、酒、砂糖、味噌、みりん 牛乳	ご飯 ハンバーグ 合挽ミンチ、玉葱、卵、パン粉、牛乳、ソース、ケチャップ、トマト 根菜のきんぴら ごぼう、れんこん、人参、油揚げ、ごま油、砂糖、醤油、みりん 白菜スープ 白菜、玉葱、人参、鶏がらスープ、塩 いももち じゃが芋、片栗粉、砂糖、醤油、海苔 牛乳	ご飯 炒り豆腐 豆腐、鶏ミンチ、玉葱、人参、卵、竹輪、干し椎茸、葱、油、砂糖、みりん、醤油 きゃべつの梅和え きゃべつ、人参、梅干し、醤油 南瓜の味噌汁 南瓜、玉葱、ごぼう、油揚げ、いりこ、味噌 ほうれん草団子 ほうれん草、白玉粉、きん粉、砂糖、塩 牛乳	ご飯 魚の生姜煮 サバ、生姜、酒、砂糖、醤油、みりん、きゃべつ さつま芋の煮物 さつま芋、人参、砂糖、醤油 玉葱の味噌汁 玉葱、白菜、南瓜、いりこ、味噌 オレンジ チーズピザ ピザ生地、チーズ 牛乳	ハヤシライス 米、牛肉、玉葱、人参、しめじ、ハヤシルー ツナサラダ きゃべつ、コーン、シーチキン、塩、こしょう、油 りんご菓子 牛乳	
おやつ							
	30日(月)	31日(火)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> そう組 リクエストメニュー 【給食】 ・ラーメン ・サンドイッチ ・グラタン ・スパゲティ ・カレーライス ・うどん ・ハンバーグ 【おやつ】 ・ドーナツ ・クッキー ・プリン ・チョコパイ ・ピザ  ※リクエストメニューには♡印が ついています。 食育活動 2日 うさぎ組 桜もち 12日 きりん組 クッキー作り 13日 そう組 カレーライス作り 24日 くま組 バイクン給食 ★印は新しいメニューです。 </div>				
おやつ	♡サンドイッチ 食パン、ハム、きゅうり、チーズ、マヨネーズ 鶏のさっぱり煮 鶏肉、酒、にんにく、砂糖、醤油、酢、トマト ポテトスープ じゃが芋、玉葱、椎茸、パセリ、コンソメ、塩 バナナカララおにぎり 米、鮭フレーク、菜飯、ごま塩 チーズ	新年度準備休園日 					

●3歳未満児のみ午前のおやつに牛乳(100ml)を飲みます。●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。