





# 3月献立表



平成30年3月発行  
長沢保育園

★ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

今年度もあと1か月となりました。1か月後には子どもたちは卒園、進級です。給食を食べる量も増え、残さず食べてくれる子どもたちの成長ぶりをとてもうれしく思います。これからも、子どもたちに喜んでもらえる給食、おやつを作っていきたいと思います。一年間ありがとうございました。

	1日(木)	2日(金)	3日(土)			
	<b>ロールパン</b> マカロニグラタン マカロニ、鶏肉、玉葱、ほうれん草、牛乳、コーン、塩、小麦粉、スキムミルク、豆乳、コンソメ、チーズ、マーガリン、パン粉 <b>コールドローサラダ</b> きゃべつ、きゅうり、パイン、レーズン、酢、油、塩、こしょう <b>もやしスープ</b> もやし、玉葱、しめじ、人参、じゃが芋、コンソメ、塩 <b>フロズンヨーグルト</b> ヨーグルト、生クリーム、グラニュー糖、バナナ、黄桃	<b>ちらし寿司</b> 米、鶏ミンチ、人参、ごぼう、干し椎茸、砂糖、醤油、酢、塩、刻み海苔、昆布、かつお節 <b>魚の味噌煮</b> サワラ、味噌、酒、砂糖、醤油、生姜、ほうれん草 <b>菜の花の和え物</b> 菜の花、きゃべつ、人参、醤油 <b>あさりのすまし汁</b> あさり、葱、塩、醤油 <b>桜もち</b> 白玉粉、あんこ、小麦粉、食紅、桜の葉、油 <b>雑あられ</b>	<b>二色丼</b> 米、鶏ミンチ、生姜、ほうれん草、ごま、醤油、砂糖、刻み海苔 <b>油揚げの味噌汁</b> 油揚げ、玉葱、人参、しめじ、葱、いりこ、味噌 <b>バナナ</b> バナナ <b>牛乳</b>			
	<b>5日(月)</b> <b>塩ラーメン</b> 中華麺、豚肉、玉葱、人参、もやし、コーン、葱、塩、いりこ、鶏がらスープ <b>揚げぎょうざ</b> ぎょうざの皮、豚ミンチ、きゃべつ、にら、にんにく、生姜、油、醤油、ごま油、塩、酒 <b>きゅうりの中華和え</b> きゅうり、塩っぺ、ごま、ごま油、醤油、塩 <b>バナナ</b> バナナ <b>おやつ</b> 菜飯おにぎり、チーズ、菜飯ふりかけ、米、押し麦	<b>6日(火)</b> <b>ご飯</b> <b>魚のおろし煮</b> サワラ、大根、醤油、砂糖、酒、生姜、ほうれん草 <b>切干大根サラダ</b> 切干大根、人参、きゅうり、ごま、酢、砂糖、醤油、ごま油 <b>じゃが芋の味噌汁</b> じゃが芋、玉葱、しめじ、葱、いりこ、味噌 <b>アップルパイ</b> パイ生地、りんご、砂糖 <b>牛乳</b>	<b>7日(水)</b> <b>ご飯</b> <b>豆腐のあんかけ</b> 豆腐、豚ミンチ、玉葱、人参、えのき、砂糖、油、酒、醤油、かつお節、片栗粉 <b>ひじきの煮物</b> ひじき、人参、油揚げ、油、砂糖、醤油 <b>ほうれん草の味噌汁</b> ほうれん草、玉葱、しめじ、じゃが芋、いりこ、味噌 <b>人参蒸しパン</b> 人参、ミックス粉、牛乳、レーズン、さつま芋	<b>8日(木)お別れ会</b> <b>サンドイッチ</b> 食パン、きゅうり、ハム、チーズ、マヨネーズ、 <b>エビフライ</b> エビ、天ぷら粉、パン粉、塩、こしょう、油、フロッコリー <b>スパゲティサラダ</b> スパゲティ、きゅうり、人参、シーチキン、チーズ、オリーブ油、塩 <b>コーンポタージュ</b> コーン、クリームコーン缶、玉葱、ハセリ、牛乳、コンソメ、塩 <b>いちごフルーツポンチ</b> いちご、りんご、バナナ、黄桃、パイン、サイダー	<b>9日(金)</b> <b>ご飯</b> <b>豚大根</b> 豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、油、酒、砂糖、醤油、味噌 <b>ほうれん草のコーンとえ</b> ほうれん草、もやし、人参、コーン、ごま、醤油 <b>ふのすまし汁</b> おつゆ心、玉葱、えのき、じゃが芋、葱、いりこ、塩、醤油 <b>りんご菓子</b> りんご <b>牛乳</b>	<b>10日(土)</b> <b>お弁当の日</b> 
	<b>12日(月)</b> <b>お弁当の日</b> 	<b>13日(火)</b> <b>お弁当の日</b> 	<b>14日(水)</b> <b>お弁当の日</b> 	<b>15日(木)</b> <b>お弁当の日</b> 	<b>16日(金)</b> <b>お弁当の日</b> 	<b>17日(土)</b> <b>ピラフ</b> 米、ウインナー、人参、玉葱、コーン、ハセリ、コンソメ、塩、マーガリン、油、酒 <b>オニオンスープ</b> 玉葱、きゃべつ、しめじ、人参、コンソメ、塩 <b>オレンジ</b> オレンジ <b>牛乳</b>
	<b>19日(月)</b> <b>カレーうどん</b> うどん、牛肉、玉葱、人参、油揚げ、油、酒、葱、カレールー、醤油、めんつゆ <b>フロッコリーの和え物</b> フロッコリー、人参、ごま、醤油 <b>ミルクおから</b> おから、豚ミンチ、玉葱、人参、大豆舞珠、葱、油、酒、砂糖、醤油、塩、牛乳 <b>オレンジ</b> オレンジ <b>わかめおにぎり</b> わかめふりかけ、米、押し麦	<b>20日(火)</b> <b>ご飯</b> <b>魚の塩焼き</b> サケ、塩、小松菜、油揚げ、醤油、みりん、砂糖、油 <b>もやしのナムル</b> もやし、きゅうり、人参、ごま、ごま油、酢、砂糖、醤油 <b>貝だくさん味噌汁</b> じゃが芋、玉葱、白菜、大根、人参、葱、いりこ、味噌 <b>りんご</b> りんご <b>スイートポテト</b> スイートポテト <b>牛乳</b>	<b>21日(水)</b> <b>卒園式</b> 	<b>22日(木)</b> <b>ご飯</b> <b>豆腐のおやき</b> 豆腐、シーチキン、葱、スキムミルク、卵、パン粉、ケチャップ、フロッコリー <b>きゃべつのおかか和え</b> きゃべつ、人参、もやし、あずこ、かつお節、醤油 <b>小松菜の味噌汁</b> 小松菜、玉葱、人参、えのき、じゃが芋、いりこ、味噌 <b>おぼろ</b> おぼろ <b>牛乳</b>	<b>23日(金)</b> <b>ご飯</b> <b>魚のホイル焼き</b> タラ、玉葱、椎茸、えのき、しめじ、バター、塩、こしょう <b>南瓜サラダ</b> 南瓜、じゃが芋、人参、きゅうり、レーズン、大豆舞珠、塩、こしょう <b>鶏がらスープ</b> 春雨、玉葱、チンゲン菜、あさり水煮、わかめ、塩、鶏がらスープ <b>長沢つまんじゅう</b> 長沢つまんじゅう <b>牛乳</b>	<b>24日(土)</b> <b>炊き込みご飯</b> 米、鶏肉、人参、ごぼう、しめじ、油揚げ、薄口醤油 <b>豆腐の味噌汁</b> 豆腐、玉葱、人参、葱、きゃべつ、いりこ、味噌 <b>バナナ</b> バナナ <b>牛乳</b>
	<b>26日(月)誕生会</b> <b>ドライカレー</b> 米、押し麦、玉葱、人参、合挽きミンチ、にんにく、油、酒、レーズン、醤油、カレールー <b>もやしの和え物</b> もやし、小松菜、人参、ごま、醤油 <b>大根スープ</b> 大根、しめじ、えのき、ハセリ、コンソメ、塩 <b>オレンジ</b> オレンジ <b>ジョートケーキ</b> ジョートケーキ <b>牛乳</b>	<b>27日(火)</b> <b>ナポリタン</b> スパゲティ、ウインナー、玉葱、人参、ピーマン、ケチャップ、ソース、油、粉チーズ、酒 <b>きゃべつサラダ</b> きゃべつ、人参、コーン、油、塩、こしょう <b>ポテトスープ</b> じゃが芋、玉葱、しめじ、ハセリ、塩、コンソメ <b>バナナ</b> バナナ <b>いなり寿司</b> いなり寿司 <b>牛乳</b>	<b>28日(水)</b> <b>わかめご飯</b> わかめふりかけ、米、押し麦 <b>豆腐ステーキ</b> 豆腐、小麦粉、油、玉葱、牛ミンチ、人参、酒、砂糖、グリーンピース、醤油、片栗粉 <b>ごぼうサラダ</b> ごぼう、人参、きゅうり、シーチキン、ごま、醤油、マヨネーズ <b>コンソメスープ</b> コンソメスープ <b>牛乳</b>	<b>29日(木)</b> <b>ご飯</b> <b>魚の竜田揚げ</b> サバ、にんにく、生姜、塩、醤油、みりん、酒、片栗粉、油、フロッコリー <b>ほうれん草の和え物</b> ほうれん草、もやし、あさり水煮、醤油 <b>さつま芋の味噌汁</b> さつま芋、玉葱、えのき、葱、いりこ、味噌 <b>メロンパン</b> メロンパン <b>牛乳</b>	<b>30日(金)</b> <b>ご飯</b> <b>いりどり</b> 鶏肉、人参、ごぼう、干し椎茸、れんこん、じゃが芋、菊水、砂糖、醤油、油、酒 <b>白菜の塩っぺ和え</b> 白菜、きゅうり、人参、塩っぺ、醤油 <b>きゃべつ味噌汁</b> きゃべつ、玉葱、人参、なめこ、葱、いりこ、味噌 <b>いちご味噌まんじゅう</b> いちご味噌まんじゅう <b>牛乳</b>	<b>31日(土)</b> <b>休園日</b> 

★3歳未満児のみ午前のおやつに牛乳を飲みます  
★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