



3月献立表



平成31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ひます。
一年間ありがとうございました。



1日(金) ひなまつり会	2日(土)
ちらし寿司 米、鶏ミンチ、ごぼう、 人参、干し椎茸、酢、 砂糖、塩、醤油、昆布、 刻み海苔 魚の若草焼き サワラ、マヨネーズ、 抹茶、塩、きゃべつ あさりのすまし汁 あさり、葱、塩、醤油 りんご 桜もち カルピス 白玉粉、小麦粉、あんこ、 食紅、油、桜の葉 雛あられ	ピラフ 米、ウィンナー、玉葱、 人参、コーン、パセリ、 油、酒、塩、コンソメ、 マーガリン きゃべつスープ きゃべつ、玉葱、しめじ、 塩、コンソメ バナナ パン 牛乳

4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木) お別れ会	8日(金)	9日(土)
ご飯 おからボール おから、豆腐、玉葱、 人参、卵、葱、 シーチキン、片栗粉、塩、 油、ブロッコリー もやしのナムル もやし、きゅうり、人参、 ごま、ごま油、酢、砂糖、 醤油 じゃが芋の味噌汁 じゃが芋、玉葱、人参、 えのき、葱、いりこ、 味噌 おやつ 南瓜パイ 牛乳 南瓜、 生クリーム、砂糖、 パイ生地	シーフードピラフ 米、イカ、エビ、玉葱、 人参、あさり水煮、コーン、 パセリ、油、酒、塩、 コンソメ、マーガリン きゃべつサラダ きゃべつ、きゅうり、人 参、シーチキン、ごま、油、 塩、こしょう なかよし汁 ベーコン、さつまいも、玉 葱、人参、しめじ、大根、 白菜、牛乳、いりこ、味噌 おからパウンドケーキ おから、小麦粉、バター、 砂糖、卵、レーズン、牛乳、 ベーキングパウダー 牛乳	きつねうどん うどん、油揚げ、玉葱、 人参、葱、いりこ、塩、醤油 ほうれん草の和え物 ほうれん草、人参、もやし、 醤油 じゃが芋のそぼろ煮 じゃが芋、豚ミンチ、人参、 グリーンピース、油、酒、 砂糖、醤油 オレンジ 牛乳 菜飯おにぎり 牛乳 菜飯ふりかけ、 米、玄米	サンドイッチ 食パン、マヨネーズ、ハム、 きゅうり、チーズ エビフライ エビ、塩、こしょう、 天ぷら粉、パン粉、油、 ブロッコリー スパゲティサラダ 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 豆乳スープ 豆乳、コーン、玉葱、 さつまいも、パセリ、塩、 コンソメ いちご パフェ コーンフレーク、アイス、 フルーツミックス、 バナナ、ウエハース	ご飯 魚の西京焼き サケ、味噌、砂糖、醤油、 みりん、ごま、きゃべつ ミルクおから おから、豚ミンチ、玉葱、 人参、牛乳、油、酒、塩、 砂糖、醤油、チーズ、葱 心のすまし汁 おつゆふ、玉葱、もやし、 じゃが芋、人参、葱、 いりこ、塩、醤油 豆腐ホットケーキ 豆腐、ミックス粉、バター 牛乳	ひじきご飯 米、ひじき、鶏肉、人参、 ごぼう、しめじ、薄口醤油 もやしの味噌汁 もやし、玉葱、人参、 さつまいも、葱、いりこ、 味噌 バナナ 菓子 牛乳
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
ご飯 豚肉じゃが 豚肉、油、酒、じゃが芋、 玉葱、人参、しらたき、 グリーンピース、砂糖、醤油 納豆和え 納豆、もやし、人参、 ほうれん草、海苔、醤油 厚揚げの味噌汁 厚揚げ、玉葱、人参、 えのき、葱、いりこ、味噌 ココア入り牛乳もち 純ココア、牛乳、砂糖、 きな粉、砂糖、塩	ロールパン ロールキャベツ きゃべつ、豚ミンチ、 鶏ミンチ、玉葱、椎茸、酒、 コンソメ、ローリエ、 ソース、ケチャップ、バター ぶどう豆 大豆、レーズン、砂糖、醤油 ポテトスープ じゃが芋、きゃべつ、玉葱、 しめじ、人参、パセリ、塩、 コンソメ バナナ ゆかりおにぎり 牛乳 ゆかり、米、玄米	ドライカレー 米、押し麦、 合い挽きミンチ、 にんにく、油、酒、玉葱、 人参、レーズン、 カレールー、醤油 きゃべつのごま和え きゃべつ、人参、ごま、 小松菜、醤油 オレンジ 牛乳 フルーツゼリー 牛乳 寒天、砂糖、 フルーツミックス、バイン	ご飯 四川豆腐 豆腐、豚肉、玉葱、人参、 筍水煮、葱、油、にんにく、 生姜、酒、醤油、片栗粉、 ごま油 パンサンデー 春雨、きゅうり、人参、 ハム、ごま、ごま油、酢、 砂糖、醤油 中華スープ チンゲン菜、玉葱、もやし、 じゃが芋、あさり水煮、 鶏がらスープ、塩 バナナ あんドーナツ 牛乳 あんこ、ミックス粉、 白玉粉、油	ご飯 手まり揚げ 魚のすり身、エビ、玉葱、 ごぼう、人参、豆腐、葱、 片栗粉、油、ブロッコリー 切り干し大根サラダ 切り干し大根、人参、 きゅうり、ごま、ごま油、 酢、砂糖、醤油 きゃべつ味噌汁 きゃべつ、玉葱、しめじ、 じゃが芋、いりこ、味噌 さつまいもプリン さつまいも、卵、牛乳、砂糖	炊き込みご飯 米、鶏肉、さつまいも、 しめじ、人参、薄口醤油 心の味噌汁 おつゆふ、玉葱、人参、 きゃべつ、いりこ、味噌 オレンジ パン 牛乳
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
ご飯 マカロニグラタン マカロニ、ベーコン、玉葱、 コーン、ほうれん草、 小麦粉、マーガリン、油、 酒、塩、コンソメ、牛乳、 チーズ、パン粉 野菜サラダ きゃべつ、きゅうり、 りんご、レーズン、酢、 砂糖、塩 コンソメスープ 玉葱、人参、水菜、えのき、 塩、コンソメ いなり寿司 米、寿司揚げ、ごま、 昆布、かつお節、酢、 砂糖、塩、醤油、ざらめ	ご飯 魚のアンダーソース バトウ、塩、小麦粉、 玉葱、人参、 クリームコーン缶、パセ リ、バター、牛乳、こしょ う、コンソメ あずっこの和え物 あずっこ、きゃべつ、人 参、ごま、醤油 オニオンスープ 玉葱、もやし、人参、 しめじ、水菜、塩、 コンソメ ヨーグルトムース ヨーグルト、 グラニュー糖、牛乳、レモン汁、 ゼラチン、オレンジジュース、 コーンスターチ	ご飯 おでん 鶏がら、鶏肉、大根、 人参、里芋、結び昆布、 がんも、醤油 ほうれん草のごま和え ほうれん草、人参、ごま、 醤油 りんご チーズ蒸しパン 牛乳 チーズ、 蒸しパンミックス粉、牛乳	卒園式 おやつ りんご バナナ	たらこスパゲティ たらこ、スパゲティ、 玉葱、大葉、油、バター、 塩、海苔 コーンスローサラダ きゃべつ、きゅうり、 パン、レーズン、酢、 油、塩、こしょう コーンスープ コーン、じゃが芋、玉葱、 人参、しめじ、水菜、塩、 コンソメ バナナ おはぎ 牛乳 もち米、米、あんこ、 きな粉、砂糖、塩	チキンライス 米、鶏肉、玉葱、人参、 グリーンピース、油、酒、 塩、コンソメ、 マーガリン、ケチャップ ミルクスープ 牛乳、玉葱、人参、 さつまいも、コーン、 パセリ、塩、コンソメ オレンジ 菓子 牛乳
25日(月)	26日(火) 誕生会	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
ご飯 豆腐のあんかけ 豆腐、豚ミンチ、玉葱、 人参、えのき、かつお節、 油、酒、砂糖、醤油、 片栗粉 ひじき煮 ひじき、人参、しらた き、さつまいも揚げ、油、砂 糖、醤油 ほうれん草の味噌 汁 ほうれん草、玉 葱、しめじ、じゃが芋、いり こ、味噌 バナナ かりんとう 牛乳 小麦粉、砂糖、塩、 バター、卵、油	牛飯 米、牛肉、ごぼう、 人参、しめじ、油、酒、 砂糖、醤油 白和え 豆腐、ほうれん草、人参、 ひじき、コーン、味噌、 砂糖、醤油 貝だくさん味噌汁 さつまいも、玉葱、白菜、 大根、しめじ、もやし、 葱、いりこ、味噌 ショートケーキ 牛乳 小麦粉、卵、生クリーム、 グラニュー糖、食紅、 いちご	ご飯 魚の生姜煮 サバ、生姜、酒、砂糖、 醤油、小松菜 南瓜の煮物 南瓜、人参、鶏ミンチ、 グリーンピース、砂糖、醤油 油揚げの味噌汁 油揚げ、玉葱、人参、 えのき、じゃが芋、葱、 いりこ、味噌 みたらし団子 牛乳 白玉粉、砂糖、醤油、 片栗粉	ご飯 八宝菜 豚肉、エビ、白菜、玉葱、 人参、筍水煮、椎茸、油、 酒、鶏がらスープ、塩、 醤油、片栗粉 きゅうりの中華和え きゅうり、塩昆布、ごま、 ごま油、醤油 春雨スープ 春雨、玉葱、もやし、ニラ、 あさり水煮、塩、 鶏がらスープ アップルパイ 牛乳 りんご、パイ生地、砂糖	ご飯 豚肉の野菜巻き 豚肉、人参、小松菜、 にんにく、酒、砂糖、 醤油、みりん、 ブロッコリー ポテトサラダ じゃが芋、きゅうり、 人参、ハム、チーズ、塩、 こしょう、マヨネーズ 豆腐の味噌汁 豆腐、玉葱、えのき、 白菜、いりこ、味噌 きな粉ラスク 牛乳 食パン、きな粉、砂糖、 マーガリン	休園日 おやつ りんご

★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