



3月の献立表



令和4年3月 みのり保育

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
		1	麻婆豆腐 豆腐、合いびき肉、玉ねぎ、人参 切干大根の甘酢和え 切干大根、きゅうり、人参、じゃこ もやしのすまし汁 もやし、玉ねぎ、わかめ 果物 ジャムサンド 牛乳	2	鮭のフライ 鮭、パン粉、パセリ、付トマト きんぴらごぼう ごぼう、人参、いんげん、しらたき 豆乳のスープ 豆腐、白菜、しめじ、人参、わかめ	3	ひな祭り・誕生会 鮭のちらし寿司 鶏の照り焼き 鶏肉、付コーン マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、キャベツ、ツナ 花麩のすまし汁・果物 麩、玉ねぎ、人参、えのき、ねぎ	4	さばの竜田揚げ さば、付)粉ふき芋 納豆和え ほうれん草、キャベツ、人参 玉ねぎのみそ汁 玉ねぎ、油揚げ、しめじ、ねぎ	5	中華丼 豚肉、白菜、人参、かまぼこ きゅうりとじゃこ和え きゅうり、もやし、人参、ごま わかめスープ わかめ、玉ねぎ、えのき
		7	お別れ会	9	菓子 牛乳	10	ひなまつりケーキ カルピス	11	きな粉プリン	12	菓子 牛乳
7		8	お別れ会	9	白身魚の磯天ぷら バトウ、青のり、付トマト 春雨サラダ 春雨、きゅうり、ハム、みかん缶 さつま芋のみそ汁 さつま芋、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ	10	ドライカレー 合いびき肉、玉ねぎ、人参、レーズン ひじきの華風和え ひじき、きゅうり、人参、ハム 菜の花汁 卵、ほうれん草、玉ねぎ、えのき	11	鯖の生姜煮 鯖、しょうが ほうれん草の白和え 豆腐、ほうれん草、人参、コーン しめじのすまし汁 しめじ、玉ねぎ、人参、ねぎ 果物 おからケーキ 牛乳	12	牛丼 牛肉、玉ねぎ、人参、キヌサヤ ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー、人参、ツナ 玉ねぎのすまし汁 玉ねぎ、油揚げ、わかめ
14		15	厚揚げの チャンプルー風 厚揚げ、豚肉、人参、ピーマン 小松菜のじゃこ和え 小松菜、人参、ちりめんじゃこ ワンタンスープ ワンタン、玉ねぎ、もやし、ねぎ フルーツサンド 牛乳	16	エビフライ エビ、小麦粉、パン粉、付トマト ひじきのマリネ ひじき、きゅうり、もやし、人参 大根のトロみ汁 大根、厚揚げ、人参、ねぎ 青りんご風ゼリー 菓子 牛乳	17	お弁当の日 	18	カミカミday もち麦ご飯 魚のカレームニエル ばとう、小麦粉、カレー粉、付)スナップエンドウ 春のカミカミサラダ キャベツ、菜の花、人参、さきいか ココロスープ・果物 人参、玉ねぎ、しめじ、パセリ マカロニかりん糖 牛乳	19	卒園式 チキンライス 鶏肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース ほうれん草のコーン和え ほうれん草、人参、コーン キャベツスープ キャベツ、えのき、玉ねぎ、パセリ
21		22	いろいろ豆腐 卵、鶏、豚ひき肉、豆腐、人参、しいたけ 小松菜のごま和え 小松菜、人参、コーン、ごま えのきのすまし汁 えのき、玉ねぎ、わかめ いちごのロールケーキ 牛乳	23	お弁当詰める日 バトウフライ バトウ、パン粉、付)粉ふき芋 ミルクおから 豚ひき肉、おから、玉ねぎ、人参 ミネストロンスープ マカロニ、玉ねぎ、人参、ベーコン 果物 菓子 牛乳	24	希望保育 お弁当持参の日 	25	鯖の塩焼き 鯖、付)トマト キャベツのゆかり和え キャベツ、きゅうり、人参、ゆかり そうめん汁 そうめん、玉ねぎ、人参、ねぎ 果物 お好み焼き	26	カレーライス 牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 ほうれん草のツナ和え ほうれん草、人参、ツナ 果物 菓子 牛乳
28		29	焼きそば 中華めん、豚肉、玉ねぎ、キャベツ かぼちゃサラダ かぼちゃ、きゅうり、チーズ 中華スープ コーンクリーム、玉ねぎ、しいたけ、ニラ 果物 とりそぼろおにぎり チーズ	30	鮭のピザ焼き 鮭、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム コールスローサラダ キャベツ、きゅうり、レーズン、パイン コンソメスープ 玉ねぎ、人参、キヌサヤ 菓子 牛乳	31	希望保育 お弁当持参の日 				

◇食育○×クイズ◇



- Q1いちごは野菜である。
- Q2いちごの表面についているつぶつぶは種である。
- Q3いちごの一番甘い部分はへたの部分である。



※都合により、献立が変更になる場合があります

※未満児は9時半頃に牛乳を飲みます