



3月の献立表



令和6年3月発行
あさひ子ども園

ひな祭りのちらし寿司

ひな祭りのお祝いにはちらし寿司を食べますが、平安時代には魚に米を詰めて発酵させた「なれ寿司」が食べられていたという説があります。江戸時代になると今度は「ばら寿司」が食べられるようになり、近年になって「ちらし寿司」が定着したといわれています。

参考資料：いただきます ごちそうさま

今月のリクエストメニュー

★印がたいよう組さんのリクエストメニューです。
楽しみにしててくださいね。

1日(金) ひな祭り会	2日(土)
ちらし寿司 [米、酢、砂糖、塩、人参、鶏ひき肉、ごぼう、油揚げ、干し椎茸、卵、醤油、大根、酒、昆布、でんぷ、キヌサヤ]	スタミナ納豆丼 [米、鶏ひき肉、納豆、ねぎ、ごま、ごま油、醤油、生姜、酒、砂糖、油、にんにく]
さわらの西京焼き [さわら、ごま、味噌、砂糖、酒]	オニオンスープ [玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、鶏がらだし]
春色のすまし汁 [豆腐、花麩、玉ねぎ、ねぎ、かつおだし、塩、醤油]	菓子・バナナ牛乳
さくらもち ひなあられ カルピス	

4日(月) 音楽指導	5日(火)	6日(水) おわかれ会	7日(木) 卒園式予行練習	8日(金)	9日(土)
★塩焼きそば [中華麺、豚肉、干し椎茸、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、油、塩、鶏がらだし] じゃが芋のそぼろ煮 [じゃが芋、合びき肉、油、砂糖、酒、みりん、醤油] 豆腐のスープ [豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 果物	ご飯 豚肉じゃが [豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、油、砂糖、酒、みりん、醤油] 納豆和え [納豆、ほうれん草、人参、キャベツ、かつお節、醤油] しめじのすまし汁 [しめじ、玉ねぎ、人参、ねぎ、かつおだし、醤油、塩]	ロールパン 鶏肉のから揚げ [鶏肉、塩、にんにく、酒、生姜、片栗粉、油] ★ポテトサラダ [じゃが芋、きゅうり、人参、シーチキン、コーン、マヨネーズ、醤油] コンソメスープ [玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、塩、コンソメ] 果物	うずめ飯 [米、里芋、ごぼう、人参、椎茸、鶏肉、厚揚げ、だし汁、みりん、醤油、片栗粉] キャベツの梅肉和え [キャベツ、人参、きゅうり、かつお節、梅干し、醤油] 玉ねぎの味噌汁 [玉ねぎ、油揚げ、人参、ねぎ、かつおだし、味噌]	ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ、こんにゃく、味噌、砂糖、油、酒、生姜] もやしの和え物 [もやし、人参、竹輪、きゅうり、醤油] えのきすまし汁 [えのき、玉ねぎ、人参、ねぎ、かつおだし、醤油、塩]	チキンライス [米、鶏肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、塩、醤油、ケチャップ] 野菜スープ [玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、鶏がらだし]
おやつ ピザ牛乳 [ピザ生地、チーズ、玉ねぎ、ピーマン、コーン、ベーコン、ケチャップ]	塩昆布おにぎり [米、塩昆布]	フルーチェ牛乳 [フルーチェの素、牛乳、コーンフレーク]	★チーズポテト牛乳 [フライドポテト、粉チーズ、青のり、油、塩]	ひじき蒸しパン牛乳 [ひじき、ミックス粉、豆乳、砂糖]	菓子・バナナ牛乳
11日(月)	12日(火)	13日(水) 誕生日会	14日(木)	15日(金)	16日(土) 卒園式
味噌ラーメン [中華麺、キャベツ、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、ねぎ、にんにく、塩、生姜、味噌、鶏がらだし] あさりのしぐれ煮 [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] 小松菜のツナ和え [小松菜、人参、もやし、ツナ、酢、砂糖、醤油] 果物	ご飯 魚のあげほの焼き [ハトウ、塩、酒、人参、マヨネーズ] 四色和え [ほうれん草、キャベツ、人参、もやし、ごま、醤油] 大根のすまし汁 [大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、かつおだし、醤油、塩]	ご飯 豆腐のたこ焼き風 [豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、れんこん、ひじき、エビ、片栗粉、塩、油、ソース] 金平ごぼう [ごぼう、人参、ピーマン、糸こんにゃく、ごま、油、酒、砂糖、醤油] もやしのスープ [もやし、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし]	ご飯 豚肉の生姜焼き [豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ、生姜、酒、醤油、みりん、油] 切干大根サラダ [切干大根、きゅうり、人参、竹輪、ごま、砂糖、酢、醤油] 油揚げの味噌汁 [油揚げ、玉ねぎ、人参、えのき、かつおだし、味噌]	★二色丼 [米、鶏ひき肉、ほうれん草、生姜、砂糖、油、醤油、酒] キャベツのおかか和え [キャベツ、きゅうり、人参、かつお節、醤油] ポテトスープ [じゃが芋、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 果物	炊き込みご飯 [米、鶏肉、人参、油揚げ、干し椎茸、ごぼう、昆布、酒、薄口醤油] えのきの味噌汁 [えのき、豆腐、玉ねぎ、かつおだし、味噌]
おやつ わかめおにぎり牛乳 [米、わかめふりかけ、ごま]	人参蒸しパン牛乳 [蒸しパンミックス粉、人参、レーズン、豆乳、チーズ]	チョコバナナケーキ牛乳 [ミックス粉、バナナ、レモン果汁、牛乳、グラニュー糖、チョコチップ]	カリカリトースト牛乳 [食パン、ベーコン、玉ねぎ、パセリ、人参、マヨネーズ]	オレンジゼリー牛乳 [オレンジジュース、砂糖、寒天]	菓子・バナナ牛乳
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
ご飯 豆腐のカレーあんかけ [豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、片栗粉、砂糖、醤油、酒、油、カレー粉、みりん] 小松菜の和え物 [小松菜、人参、もやし、竹輪、醤油] さつま芋の味噌汁 [さつま芋、人参、玉ねぎ、ねぎ、かつおだし、味噌]	ご飯 鶏ささみの天ぷら [鶏ささみ、梅干し、大葉、生姜、酒、塩、天ぷら粉、油] 甘酢和え [キャベツ、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] ★コーンスープ [クリームコーン、コーン、玉ねぎ、パセリ、醤油、塩、コンソメ、片栗粉]	春分の日	ナポリタンスパゲティ [スパゲティ、ウインナー、人参、玉ねぎ、しめじ、ピーマン、油、ケチャップ、醤油、粉チーズ] マカロニサラダ [マカロニ、きゅうり、人参、シーチキン、コーン、醤油、マヨネーズ] キャベツスープ [キャベツ、玉ねぎ、人参、あさり、醤油、塩、鶏がらだし] 果物	ご飯 サバの味噌煮 [サバ、生姜、酒、味噌、砂糖] ほうれん草の磯和え [ほうれん草、人参、もやし、刻みのり、醤油] 麩のすまし汁 [麩、えのき、玉ねぎ、人参、かつおだし、醤油、塩]	ピラフトマトソースかけ [米、ピーマン、人参、コーン、玉ねぎ、合びき肉、ケチャップ、砂糖、醤油、トマト缶、ソース、鶏がらだし] キャロットスープ [人参、玉ねぎ、キャベツ、醤油、塩、鶏がらだし]
おやつ ★もちもちパン牛乳 [ミックス粉、白玉粉、牛乳、粉チーズ、油]	牛乳寒いちごソースかけ [牛乳、粉寒天、グラニュー糖、いちごスライス]		ぼたもち牛乳 [米、もち米、こしあん、きな粉、砂糖、塩]	シュガードースト牛乳 [食パン、マーガリン、砂糖]	菓子・バナナ牛乳
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金) 保育終了	30日(土)
ご飯 炒り豆腐 [豆腐、鶏ひき肉、竹輪、人参、玉ねぎ、干し椎茸、ねぎ、酒、油、卵、砂糖、醤油] もやしのごま酢和え [もやし、人参、キャベツ、ごま、酢、砂糖、醤油] わかめのスープ [わかめ、玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、鶏がらだし]	五目うどん [うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ、椎茸、ねぎ、かつおだし、塩、酒、醤油、みりん] ひじき煮 [ひじき、人参、さつま揚げ、砂糖、醤油、酒、油] 小松菜のコーンと和え [小松菜、コーン、人参、もやし、ごま、醤油] 果物	ご飯 筑前煮 [鶏肉、里芋、干し椎茸、人参、こんにゃく、ごぼう、いんげん、れんこん、油、酒、砂糖、醤油] 春雨サラダ [春雨、きゅうり、人参、酢、砂糖、醤油] 豆腐の味噌汁 [豆腐、玉ねぎ、えのき、人参、かつおだし、味噌]	ご飯 豆腐のピザ焼き [豆腐、玉ねぎ、ピーマン、人参、チーズ、砂糖、醤油、ケチャップ] 即席和え [キャベツ、きゅうり、人参、醤油] かき卵汁 [玉ねぎ、えのき、卵、ねぎ、かつおだし、醤油、塩]	ハヤシライス [米、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、グリーンピース、しめじ、にんにく、生姜、油、ハヤシライスルー] コールスローサラダ [キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン、酢、油、砂糖、塩、こしょう] 果物	新年度準備
おやつ じゃが芋ドーナツ牛乳 [小麦粉、じゃが芋、ごま、油、卵、砂糖、ベーキングパウダー]	いなり寿司牛乳 [米、寿司揚げ、ごま、醤油、砂糖、みりん、酒、酢、塩]	ごまトースト牛乳 [食パン、マーガリン、グラニュー糖、黒ごま]	マカロニの安倍川黒蜜かけ [マカロニ、きな粉、砂糖、塩、黒糖]	りんごゼリー牛乳 [りんごジュース、砂糖、寒天]	

★3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳 100ml)があります ★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