



3月献立表



令和4年3月発行

ながさわ子ども園

	1日(火)	2日(水) ひなまつり会	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
<p>そう組さんからのリクエストメニューを入れていきます。 熊のマークが目印です!</p> <p>今年度も子どもたちが美味しく食べてくれる姿を見ることができて嬉しかったです。 ありがとうございました。</p>	<p>★こぎつねご飯 米、椎茸、油揚げ、油、豚ミンチ、砂糖、醤油、昆布、かつお節、酒、塩</p> <p>豆腐のおやき 豆腐、葱、ツナ、パン粉、スキムミルク、卵、ケチャップ、コーン</p> <p>オクラのすまし汁 オクラ、玉葱、えのき、そうめん、塩、醤油、いりこ</p> <p>バナナ</p> <p>りんごパイナップル</p> <p>きんとん さつま芋、パン、バター、砂糖 牛乳</p>	<p>ちらし寿司 米、人参、エビ、卵、椎茸、キヌサヤ、れんこん、昆布、ごぼう、酢、塩、醤油、砂糖、桜でんぶ</p> <p>白和え ほうれん草、人参、豆腐、ひじき、ごま、醤油、味噌、砂糖</p> <p>潮汁 あさり、おつゆ、葱、薄口醤油</p> <p>オレンジ</p> <p>さくらもち (行事食)</p> <p>白玉粉、小麦粉、食紅、油、あんこ、桜の葉</p> <p>カルピス</p>	<p>ラーメン 中華麺、焼き豚、玉葱、人参、きゃべつ、コーン、鶏がらだし、醤油、塩、葱、ごま油、生姜、にんにく、いりこ</p> <p>魚の磯揚げ たら、塩、天ぷら粉、青のり、油、トマト</p> <p>南瓜のきめ煮 南瓜、グリーンピース、醤油、砂糖</p> <p>りんご</p> <p>マラーカオ 小麦粉、B.P、卵、牛乳、黒砂糖、油、醤油、重曹 牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>チキンチャップ 鶏肉、にんにく、生姜、砂糖、トマト、ケチャップ、ソース、小麦粉、油、ブロッコリー</p> <p>きゃべつサラダ きゃべつ、人参、卵、塩、こしょう、オリーブ油</p> <p>豆乳チャウダー コーン、ウインナー、人参、玉葱、しめじ、豆乳、塩、グリーンピース、小麦粉、マーガリン、こしょう、コンソメ</p> <p>アップルパイ パイ生地、りんご、グラニュー糖 牛乳</p>	<p>ハヤシライス 米、牛肉、玉葱、人参、しめじ、グリーンピース、ハヤシルウ、油</p> <p>白菜スープ 白菜、人参、えのき、塩、わかめ、鶏がらだし</p> <p>バナナ菓子</p> <p>牛乳</p>	
	7日(月)	8日(火)	9日(水) お別れ会	10日(木)	11日(金) 誕生会	12日(土)
	<p>ご飯</p> <p>魚の塩焼き アジ、塩、トマト</p> <p>白菜とじゃこの炒め煮 白菜、人参、しらす干し、ごま油、塩、醤油</p> <p>ミルク味噌汁 じゃが芋、玉葱、人参、ごぼう、椎茸、葱、牛乳、味噌、いりこ</p> <p>バナナ</p> <p>おまぐりんサンド</p> <p>食パン、あんこ、バター 牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>豆腐のミートグラタン 豆腐、合ミンチ、玉葱、人参、トマト、ケチャップ、コンソメ、チーズ</p> <p>大根サラダ 大根、人参、きゅうり、かつお節、醤油、マヨネーズ</p> <p>きゃべつの味噌汁 きゃべつ、玉葱、油揚げ、わかめ、味噌、いりこ</p> <p>フライドさつま芋 さつま芋、片栗粉、塩、油 牛乳</p>	<p>お楽しみパン</p> <p>から揚げ 鶏肉、酒、にんにく、生姜、醤油、塩、みりん、油、片栗粉、カレー粉、ブロッコリー</p> <p>スパゲティサラダ スパゲティ、きゅうり、人参、チーズ、塩、こしょう、オリーブ油</p> <p>コーンスープ コーン、玉葱、パセリ、コンソメ、塩</p> <p>りんご</p> <p>いちごロールケーキ 卵、グラニュー糖、小麦粉、生クリーム、いちご 牛乳</p>	<p>あんかけ焼きそば 焼きそば麺、豚肉、ごま油、エビ、白菜、玉葱、人参、ピーマン、葱、椎茸、鶏がらだし、塩、こしょう、片栗粉</p> <p>★里芋のほっこり煮 鶏肉、里芋、人参、砂糖、いんげん、醤油、みりん、かつお節、昆布</p> <p>えのきのすまし汁 えのき、玉葱、小松菜、塩、コンソメ、いりこ</p> <p>バナナ</p> <p>いちごロールケーキ 卵、グラニュー糖、小麦粉、生クリーム、いちご、かつお節 牛乳</p>	<p>カレーライス 米、押し麦、鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、なす、ピーマン、レーズン、カレールウ、油、醤油、酒</p> <p>ごま酢和え ブロッコリー、人参、ごま、酢、砂糖、醤油</p> <p>オレンジ</p> <p>ザラン ロールパン、グラニュー糖、生クリーム、黄桃、白桃、砂糖 牛乳</p>	<p>サバの炊き込みご飯 米、サバ缶、ごぼう、人参、しめじ、薄口醤油</p> <p>厚揚げの味噌汁 厚揚げ、玉葱、人参、葱、いりこ、味噌</p> <p>オレンジ菓子</p> <p>牛乳</p>
	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
	<p>りんごピザ 米、牛肉、砂糖、醤油、ごま、ごま油、にんにく、卵、ほうれん草、人参、もやし、コンソメ、のり</p> <p>じゃが芋のそぼろ煮 じゃが芋、グリーンピース、豚ミンチ、砂糖、醤油、油</p> <p>ニラスープ ニラ、玉葱、椎茸、鶏がらだし、塩</p> <p>ココア入り牛乳もち</p> <p>牛乳、ココア、砂糖、片栗粉、きな粉、砂糖、塩</p>	<p>ご飯</p> <p>麻婆豆腐 豆腐、豚ミンチ、椎茸、葱、玉葱、人参、生姜、ごま油、にんにく、油、味噌、醤油、砂糖、鶏がらだし、酒</p> <p>ごぼうサラダ ごぼう、きゅうり、人参、ごま、マヨネーズ、スキムミルク</p> <p>大根のすまし汁 大根、玉葱、えのき、葱、塩、醤油、いりこ</p> <p>干し芋</p> <p>菓子 (かみかみデー)</p> <p>牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>豚肉の天ぷら 豚肉、にんにく、塩、酒、こしょう、天ぷら粉、油、トマト</p> <p>磯辺和え 白菜、人参、しらす干し、のり、醤油</p> <p>南瓜入りポトフ 南瓜、玉葱、人参、しめじ、グリーンピース、塩、こしょう、コンソメ</p> <p>オレンジ</p> <p>お楽しみクッキー 小麦粉、砂糖、バター、アーモンドプードル、牛乳 牛乳</p>	<p>ゆかりご飯 (郷土料理)</p> <p>米、ゆかり</p> <p>★煮食い サバ、白菜、葱、豆腐、油揚げ、しらたき、砂糖、醤油</p> <p>甘酢和え きゃべつ、人参、かまぼこ、塩、砂糖、酢</p> <p>わかめのすまし汁 わかめ、玉葱、人参、醤油、塩、いりこ</p> <p>豆乳プリン 豆乳、卵、砂糖、バニラエッセンス、メープルシロップ 牛乳</p>	<p>五目うどん うどん、鶏肉、玉葱、人参、葱、油揚げ、塩、醤油、みりん、いりこ</p> <p>★さつま芋とじゃこのかき揚げ さつま芋、しらす干し、天ぷら粉、油、トマト</p> <p>切干大根の和え物 切干大根、きゅうり、ツナ、ごま、砂糖、醤油、酢</p> <p>バナナ</p> <p>ぼたもち (行事食)</p> <p>米、もち米、あんこ、きな粉、砂糖、塩 牛乳</p>	<p>二色丼 米、鶏ミンチ、生姜、ごま、卵、のり、醤油、砂糖</p> <p>豆腐の味噌汁 豆腐、玉葱、人参、しめじ、いりこ、味噌</p> <p>オレンジ菓子</p> <p>牛乳</p>
	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
<p>春分の日</p>	<p>ご飯</p> <p>厚揚げと春雨の煮物 厚揚げ、人参、ニラ、豚肉、玉葱、春雨、椎茸、生姜、にんにく、鶏がらだし、酒、醤油、みりん、砂糖</p> <p>ブロッコリーのサラダ ブロッコリー、コーン、マヨネーズ</p> <p>五目スープ 玉葱、人参、しめじ、卵、きゃべつ、葱、コンソメ、塩</p> <p>ココア蒸しパン 小麦粉、B.P、ココア、卵、牛乳、砂糖、バター 牛乳</p>	<p>たらこスパゲティ スパゲティ、たらこ、玉葱、のり、油、塩、バター</p> <p>おかか和え きゃべつ、人参、かつお節、醤油</p> <p>おつゆの味噌汁 おつゆ、玉葱、えのき、じゃが芋、葱、味噌、いりこ</p> <p>りんご</p> <p>わかめおにぎり 米、押し麦、わかめ、りかけ</p> <p>チーズ</p>	<p>ご飯</p> <p>鶏の照り焼き 鶏肉、醤油、みりん、酒、砂糖、にんにく、生姜、トマト</p> <p>ナムル もやし、きゅうり、人参、ハム、醤油、ごま油、酢</p> <p>冬野菜のあったか汁 鶏肉、大根、人参、里芋、白菜、小松菜、醤油、塩、</p> <p>バナナ</p> <p>★ミルクドーナツ 牛乳、ミックス粉、卵、グラニュー糖、油 牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>魚のフライ バトウ、塩、こしょう、酒、小麦粉、パン粉、油、コーン</p> <p>ひじき煮 ひじき、人参、いんげん、さつま揚げ、しらたき、砂糖、醤油</p> <p>オニオンスープ 玉葱、ウインナー、えのき、パセリ、コンソメ、塩</p> <p>マカロニ安倍川 マカロニ、きな粉、砂糖、塩、黒砂糖 牛乳</p>	<p>五目寿司 米、鶏ミンチ、人参、椎茸、ごぼう、油揚げ、醤油、昆布、砂糖、酢、塩、キヌサヤ</p> <p>鶏がらスープ きゃべつ、玉葱、しめじ、チンゲン菜、鶏がらだし、塩</p> <p>オレンジ菓子</p> <p>牛乳</p>	
	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	ひな祭りのちらし寿司	
	<p>ご飯</p> <p>鶏肉じゃが 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、しらたき、キヌサヤ、砂糖、醤油、酒、油</p> <p>納豆サラダ 納豆、大根、ほうれん草、人参、チーズ、マヨネーズ、醤油</p> <p>かき玉汁 卵、えのき、玉葱、葱、いりこ、醤油、塩</p> <p>バナナ</p> <p>ブルーチ</p> <p>ウエハース</p>	<p>ちゃんぽん ちゃんぽん麺、豚肉、人参、かまぼこ、もやし、玉葱、葱、きゃべつ、油、コーン、にんにく、生姜、いりこ、鶏がらだし、醤油、塩</p> <p>レバーの甘辛煮 レバー、にんにく、生姜、醤油、砂糖、酒</p> <p>ツナ和え ブロッコリー、人参、ツナ、醤油</p> <p>オレンジ</p> <p>おやき 米、桜エビ、チーズ、しらす干し、ごま、醤油、酒 牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>★魚のから揚げ たら、片栗粉、油、水菜、人参、玉葱、醤油、酒、かつお節、昆布</p> <p>菜果サラダ 白菜、きゅうり、みかん、油、酢、塩、こしょう</p> <p>とろみ汁 厚揚げ、大根、玉葱、人参、葱、醤油、いりこ、片栗粉</p> <p>キャラメルラスク フランスパン、生クリーム、砂糖、アーモンド、バター 牛乳</p>	<p>新年度準備 休日</p>	<p>ひな祭りのちらし寿司</p> <p>ひな祭りのお祝いにはちらし寿司を食べますが、平安時代にはお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」が定番したといわれています。</p> <p>(いただきますごちそうさま 参照)</p>	