



# 平成27年度 3月予定献立



かえて保育園

日付 (曜日)	献立名	材 料	おやつ
1日 (火)	ごはん さわらの塩焼き 切干大根の甘酢和え みそ汁 ひじき納豆 かんきつ類	米 さわら、食塩 切干大根、きゅうり、にんじん、米酢、三温糖、塩 えのきたけ、もやし、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、みそ ひじき、納豆、白ごま、菜ねぎ、ごま油、しょうゆ、三温糖 ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)
2日 (水) ひなまつり会	ちらし寿司 菜の花と白菜のごま和え ふんぎ大根 すまし汁 いらち	米、酢、砂糖、食塩、高野豆腐、にんじん、れんこん、干しいたけ、かつおこんぶだし、淡口しょうゆ、三温糖、みりん、塩、さけ たまご、油、絹さや、焼きのり 菜の花、白菜、しょうゆ、みりん、白ごま だいこん、かつおこんぶだし、みそ、三温糖、みりん、酒 かまぼこ、おひつば、焼きさ、かつお・昆布だし汁、うすくちしょうゆ、食塩、みりん いらち	牛乳 大根チップ (大根、油、塩) ひなめざれ ラムネ
3日 (木)	ごはん 豚肉の生姜焼き アボカドのごま酢和え みそ汁 バナナ	米 豚もも肉、しょうが、しょうゆ、みりん、三温糖、油 アボカド、米酢、しょうゆ、三温糖、塩 鶏むね肉、カットわかめ、油揚げ、かつお昆布だし、みそ バナナ	養茶 ミルクプリン (牛乳、ゼラチン、砂糖、バニラエッセンス) せんべい
4日 (金)	ごはん 肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁 かんきつ類	米 牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、いんげん、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、みりん きゅうり、カットわかめ、米酢、三温糖、塩、白ごま 切り干しだいこん、油揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、みそ ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 マシュマロコーンフレーク マシュマロ・コーンフレーク マーガリン
5日 (土)	牛丼 もやしの甘酢和え みそ汁	米、牛肉、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、三温糖、酒、油 もやし、にんじん、米酢、三温糖、塩 生揚げ、だいこん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、みそ	牛乳 市販菓子
7日 28日 (月)	ごはん さわらの塩焼き 切干大根の旨煮 煮豆 みそ汁 かんきつ類	米 さわら、塩 切り干し大根、にんじん、油揚げ、ごま油、かつお昆布だし、しょうゆ、三温糖 煮豆、砂糖 鶏むね肉、ほくさい、焼きさ、カットわかめ、かつおこんぶだし、みそ ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 揚げパン (ロールパン、油、砂糖)
8日 (火)	ごはん 揚げ出し豆腐 ひじきサラダ みそ汁 りんご	米 木綿豆腐、まいたけ、片栗粉、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、三温糖、だいこん ひじき、しょうゆ、ごま油、香辛、きゅうり、にんじん、酢、油、三温糖 えのき、カットわかめ、焼きさ、かつお昆布だし、みそ りんご	牛乳 スノーボールクッキー (バター、小麦粉、砂糖、粉砂糖)
9日 (水)	ごはん さわらのごま和え こまつなのしらす和え にゅうめん バナナ	米 さわら、しょうゆ、みりん、酒、白ごま、黒ごま こまつな、にんじん、しらす干し、米酢、三温糖、しょうゆ、ごま油 きつね、鶏もも肉、おひつば、かつお・昆布だし汁、うすくちしょうゆ、みりん、塩 バナナ	牛乳 (0~2歳) ヤクルト (3~5歳) 市販菓子
10日 31日 (木)	カレーうどん だいこんの酢の物 ふかし芋 かんきつ類	ゆでうどん、豚肉、たまねぎ、菜ねぎ、かつお・昆布だし汁、カレーウ、うすくちしょうゆ、片栗粉 だいこん、にんじん、米酢、三温糖、塩 じゃがいも ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 焼豆焼 (米、しょうゆ、三温糖、焼きのり)
11日 (金)	ごはん きりしんモン和え ポテトサラダ コンソメスープ いらち	米 さば、塩、片栗粉、油、うすくちしょうゆ、三温糖、レモン汁 じゃがいも、にんじん、きゅうり、ツナ缶、塩、マヨネーズ たまねぎ、エリンギ、ほうれんそう、コンソメ いらち	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し・青のり・粉チーズ・マヨネーズ)
12日 (土)	クチャップチキンライス きゅうりのツナサラダ コンソメスープ	米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、コーン缶、油、塩、クチャップ、三温糖 きゅうり、ツナ缶、米酢、塩、三温糖、油 エリンギ、玉ねぎ、コンソメ	牛乳 市販菓子
14日 (月)	マーボーどんぶり 中華風和え物 中華スープ りんご	鶏むね肉、しょうが、ごま油、しょうゆ、みそ、三温糖、酒、片栗粉 チンゲンサイ、もやし、黄ピーマン、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 鶏ごし豆腐、しいたけ、にら、中華だし りんご	牛乳 塩バターポップコーン (ポップコーン、バター、塩) ミニドーナツ
15日 (火) お誕生会	ごはん チキンカツ スバゲティ-のツナサラダ ミニトマト コンソメスープ いらち	米 鶏もも肉、酒、食塩、小麦粉、卵、パン粉、油、クチャップ スバゲティ-、ツナ油漬缶、コーン缶、にんじん、きゅうり、マヨネーズ ミニトマト クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、塩、水、コンソメ、食塩、パセリ いらち ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 ベークドチーズケーキ (クリームチーズ、生クリーム、卵、グラニュー糖、薄力粉、レモン汁、ビスケット、バター)
16日 (水)	☆パーティーメニュー☆ ※決定次第お知らせいたします。お楽しみに！		
17日 (木)	ミートスバゲティ- キャベツのツナサラダ チーズ コンソメスープ かんきつ類	スバゲティ-、牛ひき肉、玉ねぎ、油、水、クチャップ、トマト缶、コンソメ、塩、三温糖 キャベツ、にんじん、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ、三温糖 プロセスチーズ かぶ、かぶの葉、エリンギ、水、コンソメ ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 黒糖煎パン (小麦粉、黒糖、卵、牛乳、油、ベーキングパウダー)
18日 (金)	ごはん 豆腐と野菜入り卵焼き もやしのごま酢和え みそ汁 いらち	米 鶏むね肉、木綿豆腐、卵、にんじん、板こんにゃく、干しいたけ、三温糖、しょうゆ、塩、片栗粉 もやし、にんじん、米酢、三温糖、塩、白ごま じゃがいも、小松菜、油揚げ、かつお昆布だし、みそ いらち	牛乳 菓子パン
19日 (土)	☆ 卒園式 ☆		
21日 (月)	☆ 振替休日 ☆		
22日 (火)	ごはん ちくわの焼辺揚げ 春巻きサラダ 豚汁 かんきつ類	米 ちくわ、小麦粉、油、じゃがいも、青のり はるさめ、もやし、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 豚もも肉、だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、菜ねぎ、かつおこんぶだし、みそ ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 キャベツサンド (ロールパン・キャベツ・ツナ缶・カレー粉・クチャップ・塩・三温糖)
23日 (水)	チャーハン 鶏ささみと野菜の中華風和え物 中華スープ かんきつ類	米、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、卵、菜ねぎ、酒、しょうゆ、三温糖、塩、ごま油 鶏ささみ、酒、チンゲン菜、もやし、にんじん、米酢、三温糖、塩、ごま油 えのき、ほくさい、カットわかめ、中華だし ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 きなこぼろ (バター、さとう、卵、きな粉、小麦粉、片栗粉、すりごま)
24日 (木)	☆お別れ遠足(つぼみ組~だいち組) / お弁当日(めばえ組~ふたば組) ☆ ※全クラスお弁当のご用意をお願いいたします。		
25日 (金)	ハヤシライス 野菜サラダ チーズ バナナ	米、牛もも肉、玉ねぎ、エリンギ、油、ハヤシウ、 キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、コーン缶、米酢、塩、三温糖、油 プロセスチーズ バナナ	牛乳 コロロラスク (食パン、砂糖)
26日 (土)	☆お 弁 当 日☆ ※お弁当のご用意をお願いいたします。		
29日 (火)	ごはん 鶏の塩焼き ほくさいのおじゃこ和え みそ汁 バナナ	米 鶏もも肉、塩、ごま油、じゃがいも ほくさい、にんじん、しらす干し、ごま油、米酢、塩、三温糖 だいこん、厚揚げ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、うすくちしょうゆ、みりん、塩 バナナ	牛乳 ジャムパイ (イチゴジャム・ハイシート)
30日 (水)	食パン ポテトグラタン 根菜サラダ かんきつ類	食パン ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、コンソメ、三温糖、油、牛乳、バター、小麦粉、パン粉、パセリ 七厘菜、れんこん、にんじん、しょうゆ、三温糖、コーン缶、マヨネーズ ※旬のかんきつ類を提供します。	牛乳 おにぎり (米・しらす干し・ごま油・しょうゆ・みりん)

※ 延長のおやつはシガーフライ・ビスケット・ほたば焼き・芋けんぴ・こんがりサクサク・黒糖かりんとう・ラムネを日替わりで提供しています。 りょうりの部屋 原・西原より

