

# 3月 給食献立表



ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
1	金	牛乳 バナナ	洋風ちらし・春野菜のすまし汁・ヨーグルト	きゅうり・ハム・人参・しいたけ・プロセスチーズ・さやえんどう/なばな・玉ねぎ・人参・油揚げ・豆腐/ヨーグルト	牛乳・ひなあられ
2	土	お茶 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
4	月	牛乳 オレンジ	パン・ホワイトシチュー・レタスサラダ・バナナ	鶏肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・バター・小麦粉・ホワイトルウ/レタス・きゅうり・人参・ハム/バナナ	牛乳・おにぎりせんべい
5	火	牛乳 バナナ	五目うどん・金時豆甘煮・みかん	豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・ほうれん草・ふ/金時豆/みかん	ジョア・バームクーヘン
6	水	牛乳 オレンジ	豚みそ・レタス・なばなのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・ごま/レタス/なばな・白菜・人参・油揚げ/白蒸し粉	牛乳・蒸しパン
7	木	牛乳 バナナ	ひじきごはん・豆腐汁・はくさいのおかか和え	鶏肉・ひじき・人参・ごぼう・油揚げ・グリーンピース/豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ/白菜・もやし	牛乳チーズ・しるこサンド
8	金	牛乳 りんご	ごはん・魚のカレー煮・具だくさん汁	赤魚・玉ねぎ・しめじ/さといも・だいこん・人参・小松菜・豆腐・油揚げ	牛乳・クラッカー
9	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつま芋のみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつま芋・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
11	月	牛乳 バナナ	ごはん・煮魚(ごぼう)・豚汁・みかん	赤魚・ごぼう/豚肉・だいこん・人参・えのきたけ・油揚げ・豆腐・ねぎ/みかん	牛乳・クッキー
12	火	牛乳 オレンジ	和風スパゲティ・バナナ・さつま揚げのすまし汁	ベーコン・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・バター・ウインナー/さつま揚げ・人参・ほうれん草/バナナ	牛乳・せんべい
13	水	牛乳 バナナ	ごはん・肉じゃが・こまつなのごま和え	豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・しらたき/小松菜・人参・もやし・ツナ缶詰・ごま	牛乳・サブレ
14	木	牛乳 オレンジ	パン・菜の花蒸し・ポイルキャベツ・白菜スープ	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・コーン缶詰・グリーンピース・パン粉/キャベツ/ベーコン・白菜・人参・ねぎ/みかん缶詰・桃缶詰・バナナ・ヨーグルト	フルーツヨーグルト
15	金	お茶 バナナ	わかめごはん・から揚げ・ウインナー・ブロッコリー・トマト・和風スープ・オレンジ	鶏肉/ウインナー/ブロッコリー・マヨネーズ/トマト/玉ねぎ・人参・豆腐・油揚げ・ねぎ/オレンジ/ワッフル・生クリーム・みかん缶詰	100%果汁・ワッフル
16	土	牛乳 オレンジ	じゃこチャーハン・和風スープ	ちりめんじゃこ・しそ・ごま油・ごま/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ	お茶・お菓子
18	月	牛乳 オレンジ	パン・ポトフ・マカロニサラダ	鶏肉・かぶ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・キャベツ/マカロニ・ツナ缶詰・人参・きゅうり・マヨネーズ	牛乳・ムーンライトケーキ
19	火	牛乳 バナナ	中華うどん・ほうれん草のナムル・バナナ	豚肉・白菜・もやし・人参・チンゲン菜・しいたけ・ごま油/ほうれん草・人参・キャベツ・ツナ缶詰・ごま油・ごま/バナナ/ロールパン・ウインナー・キャベツ	ジョア・ホットドック
20	水	ヨーグルト	赤飯・肉サラダ・豆腐のすまし汁	小豆/豚肉・しらたき・人参・もやし・きゅうり・ごま/豆腐・玉ねぎ・えのきたけ・人参・ねぎ	牛乳・あられ
22	金	お茶 りんご	ドライカレー・チンゲン菜スープ	バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉/ベーコン・チンゲン菜・白菜・人参	牛乳・ヨーチ
23	土	牛乳 オレンジ	豚丼・さつま芋のみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつま芋・玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
25	月	牛乳 オレンジ	ごはん・インド風煮・小魚和え	大豆・豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・キャベツ/レタス・ちりめんじゃこ・人参	牛乳・やさいかりんとう
26	火	牛乳 バナナ	ごはん・ひじきと豆腐の炒り煮・拌三絲	ひじき・豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ/ハム・もやし・きゅうり・人参・はるさめ	牛乳・せんべい
27	水	牛乳 オレンジ	ごはん・豚肉のしょうが焼き・和風スープ	豚肉・玉ねぎ/キャベツ/油揚げ・豆腐・人参・しめじ・じゃがいも・ねぎ	牛乳・クッキー
28	木	牛乳 バナナ	ごはん・鮭のからめ和え・レタス・田舎汁	鮭/レタス/白菜・油揚げ・豆腐・玉ねぎ・人参・えのきたけ・ねぎ/マカロニ・きな粉	牛乳・マカロニあべ川
29	金	牛乳 オレンジ	ごはん・肉豆腐・えのき汁	豆腐・豚ひき肉・人参・ねぎ・ごま油/えのきたけ・油揚げ・玉ねぎ・人参・白菜・小松菜	牛乳・ビスケット
30	土		入 園 式		

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます。

