

# 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
2	月	牛乳 バナナ	パン・ホワイトシチュー ・野菜サラダ	鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・マカロニ・人参・ブロッコリー・バター・ 小麦粉・ホワイトルウ/ツナ缶詰・レタス・きゅうり・トマト	牛乳・ おにぎりせんべい
3	火	牛乳 オレンジ	ちらし寿司・なばなのすまし汁・ ゼリー	かんぴょう・人参・しいたけ・油揚げ・さやえんどう・でんぶ・ コーン缶詰/なばな・玉ねぎ・人参・豆腐・油揚げ/ゼリー	ジョア・ ひなあられ
4	水	牛乳 りんご	ごはん・鶏肉のトマト煮・ ジャーマンポテトサラダ・バナナ	鶏肉・トマトホール缶詰・キャベツ・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン/ じゃがいも・玉ねぎ・ベーコン/バナナ/白蒸し粉・コーン缶詰	牛乳・ コーン蒸しパン
5	木	牛乳 バナナ	ごはん・菜の花蒸し・白菜スープ・ トマト・ブロッコリー	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・コーン缶詰・グリーンピース・パン粉/ ブロッコリー・マヨネーズ/トマト/ベーコン・白菜・人参・ねぎ	牛乳・せんべい
6	金	牛乳 オレンジ	ごはん・魚のカレー煮・ だいこんのみそ汁	赤魚・玉ねぎ・しめじ/大根・人参・チンゲン菜・豆腐・油揚げ	牛乳・クッキー
7	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまいも・ 玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
9	月	牛乳 チーズ	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/ヨーグルト	ヨーグルト
10	火	牛乳 りんご	中華うどん・ほうれん草ナムル・ バナナ	豚肉・たけのこ・玉ねぎ・人参・しいたけ・ねぎ・ごま油/ほうれん草・ 人参・キャベツ/ツナ缶詰・ごま・ごま油/バナナ/食パン・いちごジャム	牛乳・ ジャムサンド
11	水	牛乳 オレンジ	ごはん・ひじきハンバーグ・ トマト・レタス・具だくさん汁	豚ひき肉・ひじき・玉ねぎ・おから・調整豆乳/レタス/トマト/ 里芋・大根・人参・小松菜・油揚げ・豆腐/調整豆乳・きな粉	牛乳・ 豆乳もち
12	木	牛乳 バナナ	ごはん・豚肉のしょうが焼き・ ポイルキャベツ・ふのすまし汁	豚肉・玉ねぎ/キャベツ/ふ・白菜・人参・小松菜・油揚げ	牛乳・クラッカー
13	金	牛乳 オレンジ	ごはん・ドライカレー・ キャベツサラダ・オレンジ	バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉/キャベツ・きゅうり・ コーン缶詰・ハム/オレンジ	牛乳・ ムーンライトケーキ
14	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
16	月	牛乳 オレンジ	パン・ポトフ・小魚和え	鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・キャベツ・人参・ウインナー/レタス・ ちりめんじゃこ・人参	牛乳・あられ
17	火	牛乳 バナナ	スパゲティナポリタン・ チーズサラダ・りんご	豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ/プロセスチーズ・レタス・ 人参/りんご/白蒸し粉・ヨーグルト・いちごジャム	牛乳・ さくら色蒸しパン
18	水	牛乳 りんご	ごはん・肉じゃが・ なばなのみそ汁	豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・しらたき・グリーンピース/なばな・ 白菜・人参・しいたけ/みかん缶詰・もも缶詰/バナナ・ヨーグルト	フルーツヨーグルト
19	木	牛乳 バナナ	いろいろパン・から揚げ・ウインナー・ ブロッコリー・ベーコンスープ・オレンジ	鶏肉/ウインナー/ブロッコリー・マヨネーズ/ ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・人参/オレンジ	100%果汁・ お楽しみ
21	土	お茶 オレンジ	豚丼・さつまいものみそ汁	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまいも・ 玉ねぎ・わかめ・油揚げ	お茶・お菓子
23	月	ヨーグルト	赤飯・肉サラダ・豆腐のすまし汁	小豆/牛肉・しらたき・人参・もやし・きゅうり・ごま・レタス/豆腐・玉ねぎ・ えのきたけ・人参・ねぎ	牛乳・クッキー
24	火	牛乳 バナナ	きつねうどん・金時豆甘煮・バナナ	油揚げ・鶏肉・玉ねぎ・しめじ・白菜・人参・ねぎ/金時豆/バナナ	牛乳・せんべい
25	水	牛乳 オレンジ	ごはん・煮魚(玉ねぎ)・豚汁	赤魚・玉ねぎ/豚肉・豆腐・油揚げ・大根・里芋・ごぼう・ねぎ/ ロールパン・ウインナー・キャベツ	牛乳・ホットドック
26	木	牛乳 バナナ	ごはん・華風野菜炒め・ 豆腐スープ	豚肉・玉ねぎ・もやし・しいたけ・たけのこ・赤ピーマン・チンゲン菜・ ごま油/豆腐・人参・ほうれん草・玉ねぎ	牛乳・チーズ・ しるこサンド
27	金	牛乳 オレンジ	ごはん・白菜と豚肉の煮物・ 小松菜のごま和え	豚肉・白菜・しめじ・人参・はるさめ/小松菜・人参・もやし/ツナ缶詰・ ごま	牛乳・ビスケット
28	土		入 園 式		
30	月	牛乳 バナナ	ごはん・豆腐の中華風煮・ もやしのごま和え	豆腐・豚肉・むきえび・玉ねぎ・人参・たけのこ・チンゲン菜・ごま油/ もやし・人参・きゅうり・ひじき/ツナ缶詰・ごま	牛乳・ 野菜かりんとう
31	火	牛乳 オレンジ	ごはん・白身魚のホイル蒸し・ 野菜スープ	メカジキ・玉ねぎ・キャベツ・しめじ・人参・ねぎ・マヨネーズ/ ベーコン・じゃがいも・人参・チンゲン菜・コーン缶詰	牛乳・サブレ

※ 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。

