

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 | 木 | 牛乳 バナナ | パン・豆腐ハンバーグ・レタス・野菜スープ | 豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・パン粉/レタス/ベーコン・キャベツ・人参・じゃがいも・小松菜 | 牛乳・クラッカー |
| 2 | 金 | 牛乳 みかん | サラダ寿司・春野菜スープ・ゼリー | ハム・きゅうり・レタス・ツナ缶詰・コーン缶詰/なばな・玉ねぎ・人参・油揚げ・豆腐/ゼリー | お茶・ひなあられ |
| 3 | 土 | お茶 バナナ | 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 |
| 5 | 月 | 牛乳 オレンジ | ごはん・豚みそ・レタス・白菜汁 | 豚ロース肉・玉ねぎ/レタス/白菜・油揚げ・人参・じゃがいも・ねぎ/調整豆乳・きな粉 | お茶・豆乳もち |
| 6 | 火 | 牛乳 バナナ | 五目うどん・金時豆甘煮・オレンジ | 豚肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ・ふ/金時豆/オレンジ | 牛乳・クッキー |
| 7 | 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 | ジョア・バームクーヘン |
| 8 | 木 | 牛乳 オレンジ | ひじきごはん・豆腐汁・白菜のおかか和え | 鶏肉・ひじき・人参・ごぼう・油揚げ/豆腐・玉ねぎ・えのきたけ・ねぎ/白菜・人参/みかん缶・バナナ・ヨーグルト | フルーツヨーグルト |
| 9 | 金 | 牛乳 バナナ | ごはん・白身魚のカップ蒸し・豚汁(しょうゆマヨネーズ) | メカジキ・人参・玉ねぎ・しめじ・ねぎ・マヨネーズ/豚肉・豆腐・油揚げ・だいこん・ごぼう・さといも・人参・ねぎ | お茶・あられ |
| 10 | 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/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ | お茶・お菓子 |
| 12 | 月 | 牛乳 みかん | パン・パンプキンシチュー・野菜サラダ・オレンジ | かぼちゃ・玉ねぎ・鶏肉・ブロッコリー・クリームコーン缶詰・ポタージュの素/ツナ缶詰・レタス・人参・きゅうり/オレンジ | 牛乳・ミニフィッシュ・しるこサンド |
| 13 | 火 | 牛乳 オレンジ | 和風スパゲティ・ほうれん草のすまし汁・バナナ | ベーコン・玉ねぎ・しいたけ・人参・ねぎ・バター・ウインナー・粉チーズ/ほうれん草・人参・豆腐/バナナ | おにぎり(ゆかり) |
| 14 | 水 | 牛乳 バナナ | ごはん・ドライカレー・はくさいスープ・バナナ | バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・小麦粉/白菜・油揚げ・人参・ねぎ/バナナ | 牛乳・するめ・ヨーチ |
| 15 | 木 | 牛乳 オレンジ | 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 | 100%果汁・シフォンケーキ |
| 16 | 金 | お茶 みかん | ごはん・煮魚(玉ねぎ)・具だくさんスープ | 赤魚・玉ねぎ/さといも・大根・ごぼう・人参・油あげ・小松菜 | 牛乳・せんべい |
| 17 | 土 | 牛乳 バナナ | 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 |
| 19 | 月 | 牛乳 みかん | 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/ヨーグルト | ヨーグルト |
| 20 | 火 | 牛乳 りんご | 肉うどん・ほうれん草のナムル・バナナ | 牛肉・玉ねぎ・しめじ・白菜・人参・ねぎ/ほうれん草・人参・キャベツ・ツナ缶詰/バナナ/ロールパン・ツナ缶詰・きゅうり・マヨネーズ | ジョア・ツナサンド |
| 22 | 木 | 牛乳 バナナ | 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/豆腐・玉ねぎ・えのきたけ・人参・ねぎ/黒蒸し粉・レーズン | 牛乳・黒蒸しパン |
| 23 | 金 | 牛乳 チーズ | ごはん・鮭のからめ和え・レタス・田舎汁 | 鮭/レタス/豆腐・白菜・玉ねぎ・人参・しめじ・じゃがいも・油揚げ・ねぎ | 牛乳・せんべい |
| 24 | 土 | お茶 バナナ | じゃこチャーハン・和風スープ | ちりめんじゃこ・しそ/玉ねぎ・人参・わかめ・ねぎ・豆腐・油揚げ | お茶・お菓子 |
| 26 | 月 | 牛乳 バナナ | ごはん・ポトフ・マカロニサラダ | 鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・キャベツ・大根/マカロニ・ツナ缶詰・人参・きゅうり・マヨネーズ/チーズ | 牛乳・チーズ・しるこサンド |
| 27 | 火 | 牛乳 オレンジ | 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・おからせんべい |
| 28 | 水 | 牛乳 みかん | ごはん・豚肉のしょうが焼き・和風スープ | 豚肉・玉ねぎ/豆腐・油揚げ・人参・えのきたけ・玉ねぎ・じゃがいも・ねぎ | 牛乳・クッキー |
| 29 | 木 | 牛乳 オレンジ | ごはん・シュウマイ・レタス・トマト・もやし汁 | しゅうまいの皮・豚ひき肉・にら・玉ねぎ・豆腐・しいたけ/レタス・マヨネーズ/トマト/もやし・人参・じゃがいも・油揚げ・ねぎ | お茶・野菜かりんとう |
| 30 | 金 | 牛乳 バナナ | ごはん・肉豆腐・えのき汁 | 豆腐・豚ひき肉・人参・ねぎ/えのきたけ・油揚げ・玉ねぎ・人参・白菜・小松菜 | お茶・ビスケット |
| 31 | 土 | 牛乳 みかん | 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 |

※ 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。

