

# 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	水	牛乳 りんご	ごはん・ドライカレー・キャベツサラダ	パセリ・バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干しぶどう・小麦粉/キャベツ・きゅうり・人参・ツナ缶詰/バナナ・ミカン缶詰・もも缶詰	フルーツミックス
2	木	牛乳 オレンジ	パン・ポークチャップ・キャベツスープ	パン/豚肉・玉ねぎ・しめじ・トマト/ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・人参・ねぎ	牛乳・お菓子
3	金	牛乳 バナナ	サラダ寿司・ゼリー・なばなのすまし汁	ハム・きゅうり・レタス・ツナ缶詰・コーン缶詰・ごま/なばな・玉ねぎ・人参・豆腐・油揚げ/ゼリー	牛乳・ひなあられ
4	土	お茶 オレンジ	ハヤシライス・コーンスープ	牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・グリーンピース・ハヤシルウ/玉ねぎ・人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰	お茶・お菓子
6	月	ヨーグルト	ごはん・鶏肉の甘辛煮・白菜のみそ汁	鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ/白菜・ほうれん草・人参・豆腐・油揚げ・ねぎ	牛乳・お菓子
7	火	牛乳 オレンジ	わかめごはん・鶏肉のレモン揚げ・ウインナー・レタス・トマト・洋風スープ	炊き込みわかめ/鶏肉/レタス・マヨネーズ/トマト/ウインナー/ベーコン・豆腐・玉ねぎ・人参・ねぎ	牛乳・おたのしみ
8	水	牛乳 バナナ	ごはん・白身魚のカップ蒸し・さつま揚げのすまし汁	メカジキ・キャベツ・しめじ・人参・ねぎ/さつま揚げ・玉ねぎ・人参・小松菜・えのきたけ/プロセスチーズ	牛乳・チーズ・お菓子
9	木	牛乳 オレンジ	中華丼・チンゲン菜スープ	豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・ピーマン・もやし・しいたけ・たけのこ・ごま油/ベーコン・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・コーン缶詰	牛乳・お菓子
10	金	牛乳 オレンジ	ごはん・豆腐ハンバーグ・ブロッコリー・トマト・野菜スープ	豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・調整豆乳/ブロッコリー・マヨネーズ/トマト/ベーコン・キャベツ・人参・じゃがいも・もやし・ねぎ/食パン・ジャム	牛乳・ジャムサンド
11	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・油揚げ	お茶・お菓子
13	月	牛乳 オレンジ	ごはん・煮魚(ごぼう)・小松菜のすまし汁	赤魚・ごぼう/小松菜・人参・玉ねぎ・しめじ・豆腐・油揚げ	牛乳・お菓子
14	火	牛乳 バナナ	クリームスパゲティ・オレンジ・野菜サラダ	スパゲティ/ベーコン・玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ・コーン缶詰・小麦粉・コーンクリーム缶詰・牛乳/レタス・きゅうり・人参・ハム/オレンジ/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
15	水	牛乳 チーズ	ごはん・豚肉のしょうが焼き・えのきたけのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・キャベツ/えのきたけ・人参・小松菜・油あげ・豆腐	牛乳・お菓子
16	木	牛乳 バナナ	ごはん・チンジャオロースー・中華スープ	豚肉・人参・ピーマン・たけのこ/豆腐・玉ねぎ・しいたけ・人参・チンゲン菜/調整豆乳・きな粉	ジョア・豆乳もち
17	金	牛乳 オレンジ	赤飯・肉サラダ・豆腐のすまし汁	あずき/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	100%ジュース・お楽しみ
18	土	お茶 オレンジ	チキンライス・コーンスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース/人参・コーン缶詰・クリームコーン缶詰・玉ねぎ	お茶・お菓子
20	月	牛乳 バナナ	パン・ポトフ・マカロニサラダ・オレンジ	パン/鶏肉・じゃがいも・キャベツ・玉ねぎ・人参・ウインナー/マカロニ・ツナ缶詰・きゅうり・人参・マヨネーズ/オレンジ/炊き込みわかめ	わかめおにぎり
22	水	牛乳 オレンジ	カレーうどん・フレンチサラダ・バナナ	うどん/豚肉・油揚げ・しいたけ・玉ねぎ・人参・ねぎ・牛乳/レタス・きゅうり・トマト・ハム/バナナ	牛乳・お菓子
23	木	牛乳 バナナ	ごはん・豆腐の中華煮・拌三絲	豆腐・豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・たけのこ・チンゲン菜・ごま油/ハム・もやし・きゅうり・人参・はるさめ・コーン缶詰	牛乳・お菓子
24	金	牛乳 オレンジ	ごはん・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・しめじ・ねぎ	牛乳・お菓子
25	土	お茶 オレンジ	スパゲティナポリタン・コンソメスープ	スパゲティ/豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン/玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ	お茶・お菓子
27	月	牛乳 オレンジ	ごはん・鶏肉のさっぱり煮・じゃがいものみそ汁	鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ/じゃがいも・人参・小松菜・ごぼう・油揚げ	牛乳・お菓子
28	火	牛乳 バナナ	ごはん・豚肉と白菜の煮物・もやしのごま和え	豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・しめじ・はるさめ・油揚げ/もやし・きゅうり・人参・ツナ缶詰・ごま	牛乳・お菓子
29	水	牛乳 オレンジ	ごはん・クリームシチュー・野菜サラダ	ごはん・鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・バター・小麦粉・牛乳・ホワイトルウ/レタス・きゅうり・人参・ツナ缶詰	牛乳・お菓子
30	木	牛乳 バナナ	ごはん・高野豆腐の煮物・玉ねぎのみそ汁	高野豆腐・鶏肉・れんこん・ごぼう・人参・グリーンピース/玉ねぎ・大根・白菜・人参・ねぎ・油揚げ	牛乳・お菓子
31	金	牛乳 オレンジ	ごはん・魚の和風マリネ・大根のみそ汁	メカジキ・玉ねぎ・人参・きゅうり・ごま油/大根・人参・えのきたけ・豆腐・油揚げ・ねぎ/ロールパン・ウインナー・キャベツ	ジョア・ホットドック

※ 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

