



3 月 の 給 食



		献立	食 材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ			献立	食 材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	
1	月	ご飯 高野豆腐のオランダ煮 千切大根の塩昆布和え 小松菜と春雨のスープ	米 高野豆腐・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ピーマン・砂糖・みりん・淡口醤油・片栗粉・だし・油 千切大根・三度豆・塩昆布・ボン酢・ごま油 春雨・小松菜・片栗粉・鶏ガラ	星っこ 牛乳	もも缶	ばりんこ 幼児牛乳	17	水	えび玉ラーメン 春巻き ブロッコリーのごま和え	中華めん・むき海老・卵・人参・もやし・竹の子・しいたけ・青ねぎ・酒・ウェイパー・醤油・片栗粉・ごま油 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 ブロッコリー・コーン・ごま・醤油	野菜入り ソフトせん 牛乳	みかん缶	きなこおにぎり (米・きなこ・砂糖・塩) 幼児牛乳	
2	火	ご飯 豚肉とスナップエンドウのごまマヨ炒め 小松菜の納豆和え 豆腐とわかめのみそ汁	米 豚肉・スナップエンドウ・玉ねぎ・糸こんにゃく・塩・マヨネーズ・酒・みりん・砂糖・醤油・ごま油 小松菜・納豆・醤油 豆腐・わかめ・ねぎ・みそ・だし	きなこ せんべい 牛乳	スティック チーズ	たべっこどうぶつ 幼児牛乳	18	木	菜飯 あじの塩焼き 大豆の五目煮 豆苗ともやしのみそ汁	米・小松菜・いりごま・淡口醤油・ごま油 あじ・酒・塩 大豆・ごぼう・人参・板こんにゃく・干し椎茸・ひじき・絹揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・だし・油 豆苗・もやし・ねぎ・みそ・だし	ミニわかめ ちゃん 牛乳	もも缶	キウイ 幼児牛乳	
3	水	ひなまつり寿司 オクラの土佐和え ★ほたてと三つ葉のすまし汁	米・ツナ・ちりめんじゃこ・卵・きゅうり・人参・レタス・豆苗・いりごま・砂糖・酢・塩・油 オクラ・人参・きゅうり・かまぼこ・淡口醤油・かつお節 ほたて・三つ葉・醤油・だし	ミニわかめ ちゃん 牛乳	ミニゼリー	チョイス 幼児牛乳	19	金	米粉パン ポークチャップ ポテトサラダ 白菜ベーコンスープ	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 豚肉・玉ねぎ・ケチャップ・ウスター・酒・砂糖・油 じゃが芋・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・塩・こしょう 白菜・ベーコン・人参・鶏ガラ	星っこ 牛乳	ミニゼリー	ビスコ 幼児牛乳	
4	木	ゆかりご飯 鶏の唐揚げ/ウインナー ブロッコリーのおかか和え わかめスープ ミニゼリー	米・ゆかり 鶏肉・生姜・にんにく・塩・米粉・片栗粉・油・ウインナー ブロッコリー・コーン・かつお節・濃口醤油 わかめ・春雨・鶏ガラ ミニゼリー	ベジタブル せん 牛乳	みかん缶	アンパンマンのソフトせん ラムネ ★コアコア飲むヨーグルト 幼児牛乳	20	土	春分の日					
5	金	オムライス キャベツとハムのサラダ クリームシチュー	米 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・水・ケチャップ・塩コショウ・油・卵 キャベツ・ハム・アスパラ・オリーブオイル・醤油・酢 玉ねぎ・じゃが芋・人参・ほうれん草・クリームシチュー・スキムミルク	木葉 せんべい 牛乳	ベビー ダノン	米粉蒸しパン (米粉・砂糖・豆乳・ BP・サラダ油) 幼児牛乳	22	月	親子丼 春雨の梅焼きサラダ 麩とわかめのみそ汁	米・鶏もも肉・玉ねぎ・人参・しめじ・三つ葉・卵・醤油・砂糖・みりん・だし・片栗粉 春雨・梅焼き・きゅうり・ごま・淡口醤油・砂糖・酢・ごま油 麩・わかめ・ねぎ・みそ・だし	きなこ せんべい 牛乳	パイン缶	マシュマロおこし (コーンフレーク・ マシュマロ・バター) 幼児牛乳	
6	土	おにぎり(鮭・ごま塩) 筑前煮2 小松菜とえのきのおひたし(土曜)	米・鮭ピン・ごま塩 鶏肉・人参・ごぼう・れんこん・がんも・こんにゃく・里芋・だし・砂糖・みりん・酒・濃口醤油・ごま油 小松菜・えのき・酢・淡口醤油・ごま油	こめ棒くん 牛乳	ミニゼリー	芋けんぴ 幼児牛乳	23	火	ご飯 鯖の煮つけ 千切大根の煮物 豚汁	米 鯖・生姜・砂糖・酒・みりん・淡口醤油・片栗粉 千切大根・うす揚げ・人参・三度豆・だし・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 豚肉・大根・白菜・人参・こんにゃく・みそ・だし・ごま油	木葉 せんべい 牛乳	ブルーベリー ヨーグルト	サッポロポテト 幼児牛乳	
8	月	中華風炊き込みご飯 鶏肉の塩麹焼き ほうれん草の磯和え はんぺんとねぎのみそ汁	米 コンソメ・焼き豚・竹の子・椎茸・人参・青ねぎ・酒・パイヨン・醤油・ごま油 鶏肉・塩麹 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油 はんぺん・青ねぎ・みそ・だし	おさつて ボン 牛乳	パイン缶	ツナマヨクラッカー (クラッカー・ツナ・ マヨネーズ・パセリ) 幼児牛乳	24	水	ご飯/梅干し(幼児) ひじき入りつくね照り焼き 小松菜とツナのごま酢和え キャベツとしめじのみそ汁	米 / 梅干し(幼児) 鶏ひき肉・おから・ひじき・玉ねぎ・人参・椎茸・豆腐・塩・片栗粉・油・醤油・砂糖・みりん・出汁・生姜 小松菜・人参・ツナ・すりごま・酢・淡口醤油・ごま油 キャベツ・しめじ・ねぎ・みそ・だし	ふわふわ チップ 牛乳	もも缶	みかんゼリー 幼児牛乳	
9	火	ご飯 鮭のチーズフライ ブロッコリーの塩昆布和え 大根とレタスのスープ	米 鮭・チーズ・小麦粉・パン粉・卵白・塩・こしょう・油 ブロッコリー・塩昆布・ごま油 大根・レタス・コンソメ	紫芋チップ 牛乳	ミニゼリー	満月ボン 幼児牛乳	25	木	★ずき焼きうどん 野菜コロッケ② ほうれん草のおかか和え	うどん・牛肉・人参・玉ねぎ・ほうれん草・椎茸・砂糖・醤油・みりん・だし 馬鈴薯・野菜パン粉・小麦粉・玉ねぎ・人参・パン粉・小麦粉加工品・とうもろこし・砂糖・さやいんげん・でん粉・ラード・食塩・たん白加水分解質・調味料(アミノ酸等)・着色料(パプリカ粉末)・増粘多糖類・水・油 ほうれん草・人参・かつお節・醤油	おさつて ボン 牛乳	ミニゼリー	りんごすていっく 幼児牛乳	
10	水	ご飯 ★タットリタン チャプチェ 白菜スープ	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・白ネギ・鶏ガラ・にんにく・生姜・酒・みそ・砂糖・淡口醤油・ごま油 牛肉・人参・春雨・干し椎茸・ほうれん草・淡口醤油・砂糖・酒・みりん・塩・ごま油 白菜・わかめ・鶏ガラ・片栗粉	ひじき あられ 牛乳	おさかな ソーセージ	★大豆とじゃこの甘辛煮 (大豆水煮・じゃが芋・ じゃこ・片栗粉・油・醤油・ みりん・砂糖) 幼児牛乳	26	金	ひじきご飯 吉野煮 三度豆のごま和え もすくのすまし汁	米・ひじき・塩 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ごぼう・ちくわ・板こんにゃく・だし・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・片栗粉・油 三度豆・人参・すりごま・濃口醤油 もすく・玉ねぎ・ねぎ・醤油・だし	おかか せんべい 牛乳	ベビー ダノン	ムーンライト 幼児牛乳	
11	木	ご飯 家常豆腐 きゅうりの酢の物 えのきと水菜のすまし汁	米 絹揚げ・豚肉・人参・ピーマン・干し椎茸・にんにく・しょうが・みそ・濃口醤油・砂糖・酒・油 きゅうり・人参・わかめ・砂糖・酢・醤油 えのき・水菜・淡口醤油・だし	米粉ロール クッキー 牛乳	もも缶	さやえんどう 幼児牛乳	27	土	終了式					
12	金	かもなんば風うどん きんぴらごぼう 小松菜とうす揚げのかりかりサラダ	うどん・鶏もも肉・白菜・人参・白ネギ・砂糖・みりん・淡口醤油・だし ごぼう・人参・こんにゃく・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油・ごま油 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油	ふわふわ チップ 牛乳	ミニゼリー	ミレービスケット 幼児牛乳	29	月	ご飯 鶏肉の香草焼き コールスローサラダ クラムチャウダー	米 鶏肉・じゃが芋・にんにく・乾燥バジル・オリーブ油・塩・こしょう・パン粉 キャベツ・人参・きゅうり・コーン・フレンチドレッシング ベーコン・ほたて・じゃが芋・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・チャウダーの素・スキムミルク・パセリ	米粉ロール クッキー かぼちゃ味 牛乳	スティック チーズ	ほたはた焼き するめ(幼児) 幼児牛乳	
13	土	肉野菜あんかけ丼 りんごゼリー	米 木綿豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ニラ・片栗粉・醤油・酒・砂糖・みりん・だし・油 りんごゼリー	かぼちゃ ポーロ 牛乳	卒園式		ポップコーン 幼児牛乳	30	火	チキンカレー カニスバサラダ パイナップルヨーグルト	米・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・カレールー・スキムミルク・油 スパゲティ・カニカマ・きゅうり・コーン缶・マヨネーズ・塩・こしょう ブルガリアヨーグルト・パイン缶・砂糖・スキムミルク	紫芋チップ 牛乳	ミニゼリー	牛乳かりんとう 幼児牛乳
15	月	ご飯 照り焼きチキン ほうれん草の納豆和え のっぺい汁	米 鶏肉・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 ほうれん草・納豆・かつお節・濃口醤油 鶏肉・大根・人参・絹揚げ・里芋・なめこ・椎茸・だし・醤油・みりん・片栗粉	★キャロット せんべい 牛乳			いちご ヨーグルト	ハーベスト 幼児牛乳	31	水	ご飯 白身魚のもみじおろし和え がんもの煮物 うす揚げとなめこのみそ汁	米 鱈・塩・こしょう・小麦粉・油・大根・人参・砂糖・酢・醤油 がんも・人参・大根・だし・醤油・砂糖・みりん うす揚げ・なめこ・ねぎ・みそ・だし	おかか せんべい 牛乳	みかん缶
16	火	ご飯 牛肉の甘みそいため 三度豆と春雨のサラダ かき玉汁	米 牛肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・油・みそ・酒・白ごま・砂糖・醤油・ごま油 三度豆・春雨・ごま・マヨネーズ・濃口醤油 卵・しめじ・ねぎ・片栗粉・醤油・だし	ソフトな 塩せん 牛乳	オレンジ	源氏パイ 幼児牛乳	<p>【今月の郷土料理は韓国家庭料理“タットリタン”です。日本でいう肉じゃがのような位置づけとされています。家庭料理という事で家で調理して食べられることが多く、韓国料理リストランなどでもあまり見かけられないそうです！本来はピリ辛で骨付きの鶏肉を使用しますが園では辛味なし、骨なし鶏肉を使用し、骨がない分コクを出すために鶏ガラだしを使用します♪</p> <p>※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1～2歳児のみの提供です。 ※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。</p>							