

# 3 月 の 給 食

社会福祉法人 今川学園  
今川学園 園長 篠瀬 実千

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	火	とうもろこしご飯 鶏肉の塩麹焼き こんにやくきんぴらカレー風味 じゃが芋とニラのみそ汁	米・コーン・塩・酒 鶏肉・塩麹 糸こんにやく・豚肉・ピーマン・人参・醤油・酒・カレー粉・ごま油 じゃが芋・玉ねぎ・ニラ・みそ・かつおだし	星っこ 牛乳	もも缶	りんごすていっく 幼児牛乳	17	木	カレーうどん 野菜コロッケ② ほうれん草のおかか和え	うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・うす揚げ・カレールー・酒・淡口醤油・片栗粉・かつおだし 野菜(馬鈴薯、玉ねぎ、人参、とうもろこし、さやいんげん)、パン粉、小麦粉加工品、砂糖、ラード、食塩、たん白加水分解物、衣(野菜パン粉、小麦粉、でん粉)/調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦、乳成分、大豆を含む) ほうれん草・人参・かつお節・醤油	野菜入り ソフトせん 牛乳	ミニゼリー	★おにぎり (おかかチーズ) (米・チーズ・ かつお節・醤油) 幼児牛乳
2	水	ご飯 ひじき入りつくね照り焼き 小松菜としめじのおひたし キャベツと三度豆のみそ汁	米 鶏ひき肉・おから・ひじき・玉ねぎ・人参・椎茸・豆腐・塩・片栗粉・醤油・砂糖・みりん・かつおだし・生姜 小松菜・しめじ・濃口醤油・かつおだし キャベツ・三度豆・かぼちゃ・みそ・かつおだし	きなこ せんべい 牛乳	スティック チーズ	ボンスケ 幼児牛乳	18	金	ご飯 赤魚の煮付け チャブチェ 麩と小松菜のすまし汁	米 赤魚・生姜・淡口醤油・酒・みりん・砂糖・片栗粉 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 麩・小松菜・醤油・かつおだし	とうもろこし パフスナック 牛乳	もも缶	源氏パイ 幼児牛乳
3	木	ひなまつり寿司 ほうれん草とコーンのお浸し 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 ほうれん草・コーン・淡口醤油・かつおだし ほたて・三つ葉・玉ねぎ・醤油・かつおだし	ミニわかめ ちゃん 牛乳	ベビー ダンノン	牛乳かりんとう 幼児牛乳	19	土	おにぎり(ゆかり・ひじき) 筑前煮2 小松菜としめじのおひたし(土曜)	米 ひじき・ごま油・醤油・砂糖・みりん・ゆかり 鶏肉・人参・ごぼう・れんこん・がんも・こんにやく・里芋・こんぶだし・砂糖・みりん・酒・濃口醤油・ごま油 小松菜・しめじ・濃口醤油・こんぶだし	ソフトな 塩せん 牛乳	ミニゼリー	ぱりんこ 幼児牛乳
4	金	ご飯 吉野煮 三度豆のごま和え もすくのすまし汁	米 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ごぼう・ちくわ・こんにやく・かつおだし・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・かつおだし	ベジタブル せん 牛乳	みかん缶	マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩) 幼児牛乳	21	月	春分の日				
5	土	おにぎり(わかめ・ごま塩) 炒り鶏2 ほうれん草の磯和え(土曜)	米 混ぜるわかめ ごま塩 鶏肉・人参・ごぼう・三度豆・里芋・干し椎茸・板こんにやく・砂糖・みりん・醤油・ごま油・こんぶだし ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油	こめ棒くん 牛乳	ミニゼリー	ほたばた焼き 幼児牛乳	22	火	ご飯 絹揚げのみそ炒め ほうれん草の磯和え なめこえのきのすまし汁	米 絹揚げ・豚肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・じゃが芋・みそ・砂糖・みりん・酒・淡口醤油・油 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油 なめこ・えのき・ねぎ・醤油・こんぶだし	きなこ せんべい 牛乳	スティック チーズ	芋けんぴ 幼児牛乳
7	月	中華風炊き込みご飯 ★ハンサンスー はんぺんと水菜のすまし汁	米 コンソメ・焼き豚・竹の子・椎茸・人参・青ねぎ・酒・醤油・ごま油 春雨・きゅうり・ハム・卵・醤油・砂糖・酢・ごま油 はんぺん・水菜・醤油・かつおだし	木葉 せんべい 牛乳	パイン缶	たべっこどうぶつ 幼児牛乳	23	水	米粉パン 鶏ささみのレモン煮 キャベツとコーンのサラダ クリームシチュー	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 鶏ささみ・酒・塩・こしょう・片栗粉・醤油・砂糖・酢・レモン汁・油 キャベツ・コーン・あみえび・フレンチドレッシング 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	ブルーベリー ヨーグルト	りんごゼリー 幼児牛乳
8	火	ご飯 鮭のチーズフライ 三度豆のおかか和え 大根となめこのみそ汁	米 鮭・チーズ・小麦粉・パン粉・卵白・塩・こしょう・油 三度豆・人参・おかか・醤油 大根・なめこ・ねぎ・みそ・かつおだし	おさつで ボン 牛乳	いちご ヨーグルト	カリポテ 幼児牛乳	24	木	菜飯 あじの塩焼き 千切大根の煮物 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 千切大根・うす揚げ・人参・三度豆・かつおだし・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 豆苗・もやし・ねぎ・みそ・かつおだし	ふわふわ チップ じゃが芋味 牛乳	おさかな ソーセージ	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
9	水	ご飯 鶏の唐揚げ/ウインナー ブロッコリーの塩昆布和え 豆腐とわかめのみそ汁	米 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・塩昆布・ごま油 豆腐・わかめ・ねぎ・みそ・こんぶだし	紫芋チップ 牛乳	ミニゼリー	アンパンマンのソフトせん ラムネ まめびよ ココア味 幼児牛乳	25	金	親子丼 三度豆のツナマヨ和え 豆腐と三つ葉のすまし汁	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・三つ葉・卵・醤油・砂糖・みりん・かつおだし・片栗粉 三度豆・ツナ缶・マヨネーズ 豆腐・三つ葉・醤油・かつおだし	おさつで ボン 牛乳	ミニゼリー	大豆ビスケットビスコ チップスター(幼) 幼児牛乳
10	木	中華丼 小松菜とうす揚げのかりかりサラダ つくねスープ	米 豚肉・白菜・糸こんにやく・椎茸・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・ごま油・片栗粉 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油 鶏ミンチ・長ネギ・酒・片栗粉・塩・春雨・青梗菜・人参・玉ねぎ・鶏ガラ・醤油	米粉ロール クッキー かぼちゃ味 牛乳	オレンジ	さやえんどう 幼児牛乳	26	土	終業式				
11	金	ミートソーススパゲティ 海藻サラダ レタススープ	スパゲティ・合いびき肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース・にんにく・ケチャップ・トマトピューレ・ウスターソース・塩・こしょう・砂糖・油 海藻ミックス・大根・キャベツ・醤油・ごま油・酢・みりん・砂糖 レタス・人参・鶏ガラ	ふわふわ チップ にんじん味 牛乳	ミニゼリー	ワッフル 幼児牛乳	28	月	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・むぎ海老・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	米粉ロール クッキー 牛乳	ミニゼリー	サッポロポテト 幼児牛乳
12	土	肉野菜あんかけ丼 みかんゼリー	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・こんぶだし・油 みかんゼリー	ひじき あられ 牛乳	/	星たべよ 幼児牛乳	29	火	ご飯 豚肉とスナップエンドウのごまマヨ炒め ほうれん草の納豆和え かき玉汁	米 豚肉・スナップエンドウ・玉ねぎ・つきこん・塩・マヨネーズ・酒・みりん・砂糖・醤油・ごま油 ほうれん草・納豆・かつお節・濃口醤油 卵・しめじ・ねぎ・片栗粉・醤油・かつおだし	紫芋チップ 牛乳	みかん缶	キウイ 幼児牛乳
14	月	ご飯 すき焼き風煮 ブロッコリーのじゃこ和え うす揚げとなめこのみそ汁	米 牛肉・白菜・玉ねぎ・小松菜・焼き豆腐・糸こんにやく・麩・砂糖・みりん・淡口醤油・油 ブロッコリー・じゃこ・淡口醤油・ごま油 うす揚げ・なめこ・ねぎ・みそ・かつおだし	かぼちゃ ポーロ 牛乳	みかん缶	バナナ 幼児牛乳	30	水	ご飯 チンジャオロース風炒め 千切大根の塩昆布和え 青梗菜と人参のスープ	米 牛肉・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ水煮・人参・生姜・砂糖・みりん・醤油・オイスターソース・酒・塩・片栗粉・ごま油 千切大根・三度豆・塩昆布・ボン酢・ごま油 青梗菜・人参・鶏ガラ	こめ せんべい 牛乳	もも缶	満月ボン 幼児牛乳
15	火	ご飯 牛肉の甘みそいため 春雨サラダ 豆腐とわかめのみそ汁	米 牛肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ごま油・みそ・酒・ごま・砂糖・醤油 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 豆腐・わかめ・醤油・こんぶだし	キャロット せんべい 牛乳	パイン缶	ポップコーン 幼児牛乳	31	木	ご飯 バーベキューチキン レタスののりサラダ なすとうす揚げのみそ汁	米 鶏肉・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 レタス・じゃこ・刻みのり・濃口醤油・酢・油 なす・うす揚げ・ねぎ・みそ・かつおだし	星っこ 牛乳	ミニゼリー	アスパラガス 幼児牛乳
16	水	玄米入り米粉パン 鶏肉の香草焼き コールスローサラダ ほうれん草とコーンのスープ	米粉・玄米粉・食物繊維・なたね油・砂糖・ドライイースト・食塩・トレハロース・加工でんぷん・増粘多糖類 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 ほうれん草・コーン・鶏ガラスープ	ソフトな 塩せん 牛乳	スティック チーズ	ミレービスケット 幼児牛乳	今月の郷土料理は中国の【ハンサンスー】です。千切りにした食材を酢で和える一品ですが苦手な子ども達も食べられるよう甘酢で作ります！見た目も鮮やかで食欲の湧く一品です♪ ※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。						