



# H27年度 給食よていこんだて<3月分> さいしゅうじこども園



日付	こんだて名		おやつ	ちからがでる きいろ	おおきくなる あか	げんきになる みどり	その他
1日 火曜日	とうふそぼろどん	きんぴらごぼろ だいこんのあさづけ さといもとあげのみそしる ぎゅうにゅう 	せんべい	米、砂糖、ごま油 ごま、こんにやく 里芋、せんべい	豆腐、ツナ、卵 油揚げ、みそ 牛乳	小松菜、ごぼろ 人参、大根、胡瓜	みりん
2日 水曜日	ごはん さわらのりきゅうやき	ほろキャベツのあえもの たまねぎとわかめのみそしる いよかん ぎゅうにゅう 	(てづくり) こくとう まんじゅう	米、砂糖 ごま、黒糖まんじゅう	さわら、わかめ みそ、牛乳	キャベツ、人参 玉ねぎ、南瓜 いよかん	みりん
3日 木曜日	えびちらしすし	ほうれんそうのごまあえ はなふとえのきのすましじる いちご ぎゅうにゅう 	(てづくり) だいずスナック	米、砂糖、ごま 花魁、片栗粉、油	錦糸卵、でんぶ えび、のり、牛乳 しらす、大豆	胡瓜、ちらし寿司の素 ほうれん草、人参 えのき、いちご	みりん
4日 金曜日	ごはん チキンのオーロラに	ミモザサラダ だいこんとベーコンのスープ ぎゅうにゅう 	(てづくり) ジャムサンド	米、じゃが芋、砂糖 片栗粉、マヨネーズ パン、苺ジャム	鶏肉、みそ、卵 ベーコン、牛乳	人参、ブロッコリー 玉ねぎ、大根	ケチャップ コンソメ
5日 土曜日	やさいあんかけどん	こうやどろふのふくめに おうとうかん ぎゅうにゅう 	おやつ	米、片栗粉、砂糖	豚肉、高野豆腐 牛乳	白菜、しいたけ 赤ピーマン、人参 グリーンピース、黄桃缶	中華スープ みりん
7日 月曜日	わかめごはん ししゃもフライ	かぼちゃに くだくさんみそしる ぎゅうにゅう 	クラッカー	米、油、砂糖 こんにやく、クラッカー	炊き込みわかめ ししゃもフライ 豆腐、みそ、牛乳	南瓜、れんこん 大根、葱、えのき 人参	みりん
8日 火曜日	カレーライス (むぎごはん)	コールスローサラダ バナナ ぎゅうにゅう 	せんべい	じゃが芋、カレールウ 油、米、麦 マヨネーズ、せんべい	豚肉、ツナ 牛乳	人参、玉ねぎ キャベツ、バナナ	
9日 水曜日	じゅうごくいりりバターロール オムレツ	カニカマサラダ ポタージュスープ キャンディーチーズ ぎゅうにゅう 	(てづくり) とうふドーナツ	パン、油 クリームスープの素 ホットケーキの素、砂糖	卵、ウィンナー カニカマ、チーズ、牛乳 豆腐、きな粉	玉ねぎ、人参、南瓜 グリーンピース、キャベツ、胡瓜 コーン、パセリ粉	ケチャップ 和風ドレッシング
10日 木曜日	ごはん とりのごもくに	きゅうりのしらすあえ はくさいとあげのみそしる ぎゅうにゅう 	おやつ	米、こんにやく 砂糖	鶏肉、大豆 糸昆布、しらす 油揚げ、みそ、牛乳	ごぼろ、インゲン 胡瓜、人参、白菜	みりん
11日 金曜日	ツナとコーンのピラフ	ポテトサラダ カラフルやさいスープ りんご ぎゅうにゅう 	おやつ	米、油、じゃが芋 マヨネーズ	ツナ、ハム、牛乳	コーン、人参、グリーンピース 玉ねぎ、胡瓜、赤ピーマン 黄ピーマン、りんご	コンソメ
12日 土曜日	にくうどん	だいこんのしおこんぶあえ みかんかん ぎゅうにゅう 	おやつ	うどん、砂糖	豚肉、塩昆布 牛乳	玉ねぎ、人参 大根、葱、みかん缶 胡瓜	うどんつゆ
14日 月曜日	ごはん さけのムニエル	キャベツとパインのフレンチサラダ トマトスープ ぎゅうにゅう 	クラッカー	米、小麦粉 バター、クラッカー	鮭、ベーコン 牛乳	キャベツ、胡瓜 パイン缶、玉ねぎ インゲン、人参、トマト缶	フレンチドレッシング ケチャップ コンソメ
15日 火曜日	なめしごはん ポトフ	にんじんとたまごのソテー マカロニサラダ ぎゅうにゅう 	せんべい	米、じゃが芋、油 ごま油、マカロニ マヨネーズ、せんべい	ウィンナー、卵 ハム、牛乳	菜めし、玉ねぎ、人参 キャベツ、ピーマン 胡瓜、コーン	コンソメ みりん
16日 水曜日	ごはん チキンなんばん	いんげんのおかかあえ ふとしめじのみそしる ぎゅうにゅう 	(てづくり) マーマレード むしパン	米、片栗粉、油、砂糖 タルタルソース、麩 マーマレード、ホットケーキの素	鶏肉、かつお節 みそ、牛乳	生姜、インゲン 人参、しめじ 大根	酢 みりん
17日 木曜日	ごはん ぶたのしょうがやき	たくあんときゅうりのあえもの かぼちゃとえのきのみそしる オレンジ ぎゅうにゅう 	(てづくり) ブルーベリー ヨーグルト	米、油、砂糖 ブルーベリージャム	豚肉、みそ 牛乳、ヨーグルト	玉ねぎ、生姜、胡瓜 人参、たくあん、南瓜 えのき、葱、オレンジ	みりん
18日 金曜日	こくとうロール クリームシチュー	スパソテー ブロッコリーのチーズサラダ ぎゅうにゅう 	クッキー	パン、じゃが芋 シチュールウ、油 スバゲティー、クッキー	鶏肉、ツナ チーズ、牛乳	玉ねぎ、グリーンピース 人参、ピーマン ブロッコリー	ごまドレッシング
19日 土曜日	 <b>そつえんしき</b> 						
21日 月曜日	<b>しゅんぶんのひのふりかえきゅうじつ</b>						
22日 火曜日	ごはん ひじきいりたまごやき	さつまあげとキャベツのうまに さつまいもとはくさいのみそしる ぎゅうにゅう 	せんべい	米、油、砂糖 さつま芋、こんにやく せんべい	卵、豆腐、ひじき さつま揚げ、みそ 牛乳	人参、グリーンピース 玉ねぎ、キャベツ 白菜、ほうれん草	
23日 水曜日	ごはん さばのみそに	こまつたとりんごのあえもの かまぼことねぎのすましじる ぎゅうにゅう 	おやつ	米、砂糖	さば、みそ かまぼこ、牛乳	生姜、小松菜 りんご、葱 もやし	みりん
24日 木曜日	とうもろこしごはん ポークビーンズ	れんこんサラダ たまねぎとウィンナーのスープ キャンディーチーズ ぎゅうにゅう 	おやつ	米、油	豚肉、大豆 ハム、ウィンナー チーズ、牛乳	コーン、玉ねぎ、トマト缶 れんこん、人参 胡瓜、枝豆	ケチャップ、ウスターソース コンソメ ごまドレッシング
25日 金曜日	ごはん あつあげの オイマヨいため	だいこんとツナのポンすあえ えのきとチンゲンさいのちゅうかスープ ぎゅうにゅう 	クッキー	米、マヨネーズ ごま油、クッキー	厚揚げ、ツナ 牛乳	キャベツ、ピーマン 黄ピーマン、人参、玉ねぎ 大根、チンゲン菜、えのき	オイスターソース ボン酢 中華スープ
26日 土曜日	やきにくどん	ほうれんそうのおひたし はくとうかん ぎゅうにゅう 	おやつ	油、米	豚肉、牛乳	キャベツ、人参、もやし 玉ねぎ、赤ピーマン ほうれん草、白桃缶	焼肉のたれ みりん
28日 月曜日	ごはん たらのうめみそやき	はくさいのごまあえ きのこときぬさやのかきたまじる りんご ぎゅうにゅう 	クラッカー	米、砂糖、ごま クラッカー	たら、みそ 卵、牛乳	ねり梅、白菜、人参 しめじ、しいたけ 絹さや、りんご	みりん
29日 火曜日	やきうどん	ちくわのてんぷら わかめスープ バナナ ぎゅうにゅう 	せんべい	うどん、油 小麦粉、ごま油 せんべい	豚肉、ちくわ わかめ、牛乳	キャベツ、人参 玉ねぎ、葱 バナナ	お好みソース 中華スープ
30日 水曜日	ごはん てづくりクロquette	ポイルキャベツ トマト ごぼろとねぎのみそしる ぎゅうにゅう 	おやつ	米、じゃが芋、油 小麦粉、パン粉	合ミンチ、卵 みそ、牛乳	玉ねぎ、南瓜 キャベツ、トマト ごぼろ、葱	ウスターソース ケチャップ
31日 木曜日	えだまめごはん とりにくのあますいため	もやしのゆかりあえ とうふとみつばのみそしる ぎゅうにゅう 	おやつ	米、砂糖、ごま油 片栗粉	鶏肉、豆腐、みそ 牛乳	枝豆、ピーマン、人参 玉ねぎ、もやし、胡瓜 ゆかり、三つ葉	酢 みりん

※材料の都合により献立を変更する場合があります。