



3月の献立



平成30年

向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
1 (木)	ラムネ・昆布牛乳	からあげ 菜の花のかつお和え 白菜のすまし汁 いちご	ちらし寿司	米 人参 高野豆腐 しいたけ ごぼう じゃこ 卵 すし酢 鶏肉 土生姜 しょうゆ 菜の花 ほうれん草 かつお しょうゆ 白菜 玉ねぎ 人参 だし汁 淡口しょうゆ いちご	ひなあられ (乳)牛乳
2 (金)	ポップコーン牛乳	チキンカレー アスパラのゆかり和え ヨーグルト パイナップル	麦入りごはん	米 麦 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ アスパラ ゆかりふりかけ ヨーグルト パイナップル	りんごゼリー 牛乳
3 (土)	ポーロお茶	ラーメン オレンジ 小松菜としめじのおひたし	ラーメン	ラーメン 焼豚 もやし コーン ナルト ネギ ウエイパー しょうゆ 小松菜 しめじ しょうゆ オレンジ	お菓子 お茶
5 (月)	あられ牛乳	鯖の梅焼き 切干大根煮 ふわふわ汁 キウイ	ごはん	米 鯖 梅肉 みりん 酒 切干大根 人参 あげ きぬさや だし しょうゆ 砂糖 みりん 卵 長芋 人参 ネギ だし汁 淡口しょうゆ キウイ	ココナッツサブレ (乳)牛乳
6 (火)	チーズ牛乳	牛肉のしぐれ煮 三度豆のゴマ和え きのこスープ パイナップル	ごはん	米 牛肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく しょうゆ 砂糖 みりん 三度豆 ゴマ しょうゆ 砂糖 えのき しめじ まいたけ ネギ 中華あじ 淡口しょうゆ パイナップル	紅茶パウンドケーキ (小麦・卵・乳)牛乳
7 (水)	クッキー牛乳	かき揚げ 三色おひたし ワカメと玉ねぎのみそ汁 パナナ	いなり寿司	いなり寿司(じゃこ) さつま芋 玉ねぎ 人参 三つ葉 むきえび 天ぷら粉 ほうれん草 人参 もやし しょうゆ 砂糖 ゴマ ワカメ 玉ねぎ ネギ みそ だし汁 パナナ	おにぎりせんべい (卵)牛乳
8 (木)	ゼリー牛乳	豚肉のみそ煮 白菜とえのきのポン酢和え 豆腐のすまし汁 オレンジ	ごはん	米 豚肉 大根 人参 こんにゃく ネギ みそ だし しょうゆ 砂糖 みりん 白菜 えのき ポン酢 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ	スイートポテト (乳)カルピス
9 (金)	せんべい牛乳	ビーフシチュー グリーンサラダ 味付け小魚 りんご	ソフトフランス	ソフトフランス 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ビーフルウ キャベツ アスパラ 胡瓜 水菜 和ドレ 味付け小魚 りんご	マカロニきなこ (小麦)牛乳
10 (土)	ビスケットお茶	玉子うどん グレープフルーツ ほうれん草のかつお和え	うどん	うどん 卵 かまぼこ ネギ だし汁 淡口しょうゆ 片栗粉 ほうれん草 かつお節 しょうゆ グレープフルーツ	お菓子 お茶
12 (月)	かえりちりめん牛乳	鮭の塩麹焼き 五目豆 ワカメとふのすまし汁 オレンジ	ごはん	米 鮭 塩麹 大豆 人参 こんにゃく ごぼう レンコン 切昆布 だし しょうゆ 砂糖 みりん ワカメ ふ 水菜 ネギ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ	お好み焼き (小麦・卵)牛乳
13 (火)	バナナ牛乳	皿うどん ベーコンサラダ パイナップル	胡瓜巻	胡瓜巻 揚げそば 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 しめじ もやし うずら缶 ネギ 中華あじ しょうゆ ベーコン キャベツ 胡瓜 水菜 ゴマドレ パイナップル	メロンパン (小麦・卵・乳)牛乳
14 (水) 誕生会	ウエハース牛乳	白身魚フライ コーンサラダ オニオンスープ ゼリー いちご	鮭菜めし おにぎり	米 鮭 菜めし 白身魚(小麦粉・パン粉) コーン キャベツ 胡瓜 水菜 ゴマドレ 玉ねぎ パセリ コンソメ 淡口しょうゆ ゼリー いちご	(幼)チョコケーキ (乳)マドレーヌ (小麦・卵・乳)牛乳
15 (木)	サブレ牛乳	牛丼 大根サラダ めざし キウイ	麦入りごはん	米 麦 牛肉 玉ねぎ ふ ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん 大根 胡瓜 和ドレ うるめいわし キウイ	芋けんぴ 牛乳
16 (金)	あられ牛乳	パンブキンカレー 海藻サラダ チーズ りんご	雑穀ごはん	米 雑穀 合挽きミンチ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 カレールウ 海藻ミックス キャベツ ポン酢 チーズ りんご	抹茶ホットケーキ (小麦・卵・乳)牛乳
17 (土)	ラムネお茶	ミートスパゲティー 野菜スープ グレープフルーツ	スパゲティー	スパゲティー 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 白菜 玉ねぎ 人参 コンソメ 淡口しょうゆ グレープフルーツ	お菓子 お茶
19 (月)	ポーロ牛乳	白身魚の西京焼 小松菜の炒めナムル 豚汁 オレンジ	ごはん	米 白身魚 白みそ みりん 酒 淡口しょうゆ 砂糖 小松菜 ワカメ 人参 もやし 淡口しょうゆ 砂糖 酢 ゴマ油 豚肉 人参 白菜 大根 糸こんにゃく ごぼう しめじ ネギ みそ だし汁 オレンジ	ジャムサンド (小麦)牛乳
20 (火)	チーズ牛乳	肉じゃが プロックリーのかつお和え 大根のすまし汁 パイナップル	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 糸こんにゃく グリーンピース だし しょうゆ 砂糖 みりん プロックリー かつお 大根 ほうれん草 玉ねぎ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル	りんご・クッキー (小麦・卵)牛乳
22 (木)	ヨーグルトお茶	筑前煮 揚げシュウマイ にゅうめん キウイ	ごはん	米 鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにゃく 三度豆 だし しょうゆ 砂糖 みりん シュウマイ 油 そうめん ネギ だし汁 淡口しょうゆ キウイ	たこやき (小麦・卵)牛乳
23 (金)	せんべい牛乳	ビーフカレー アスパラサラダ 味付け小魚 グレープフルーツ	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ アスパラ 人参 胡瓜 コーン 和ドレ 味付け小魚 グレープフルーツ	桃蒸しパン (小麦・卵・乳)牛乳
24 (土)	ウエハースお茶	焼そば ワカメと玉ねぎのすまし汁 パナナ	焼そば	焼そば 豚バラ キャベツ もやし ビーマン 人参 ソース ワカメ 玉ねぎ ネギ だし汁 淡口しょうゆ パナナ	お菓子 お茶
26 (月)	卒園式				
27 (火)	ゼリー牛乳	コロッケ キャベツのなめたけ和え 中華風スープ パイナップル	ごはん	米 コロッケ(小麦・卵・乳) キャベツ なめたけ 春雨 白菜 玉ねぎ 人参 ネギ 中華あじ 淡口しょうゆ パイナップル	アンパンマンビスケット (乳)牛乳
28 (水)	えびちび牛乳	親子丼 こんにゃくサラダ ししゃも キウイ	麦入りごはん	米 麦 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 ネギ だし しょうゆ 砂糖 みりん 糸こんにゃく ハム 人参 胡瓜 ゴマ マヨ ししゃも キウイ	豆腐ドーナツ (小麦・乳)牛乳
29 (木)	サブレ牛乳	ハヤシライス ツナサラダ ヨーグルト グレープフルーツ	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 マッシュルーム グリーンピース ハヤシルウ ツナ キャベツ 胡瓜 水菜 ゴマドレ ヨーグルト グレープフルーツ	ピザトースト (ハム・卵・乳)牛乳
30 (金)	カム昆布お茶	希望保育		お弁当 水筒	
31 (土)	芋けんぴお茶	希望保育		お弁当 水筒	

・スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください

