



平成31年



3月の献立



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 (金)	牛乳	エビフライ 菜の花のかつお和え 豆腐のみそ汁 ゼリー いちご	ちらし寿司	米 高野豆腐 人参 椎茸 じゃこ すし酢 砂糖 卵 きざみのり エビ 小麦粉 卵 パン粉 油 菜の花 ほうれん草 かつお節 しょうゆ 豆腐 玉ねぎ ワカメ ねぎ だし汁 みそ ゼリー いちご あられ(小麦・乳) 牛乳	(幼児)イチゴショート (乳児)ひなあられ ジュース
2 (土)	牛乳	きつねうどん 水菜のおひたし パナナ	うどん	うどん 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ 水菜 かつお節 しょうゆ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
4 (月)	牛乳	鮭のゴマ焼き ひじき煮 さつま芋のみそ汁 オレンジ	ふりかけごはん	米 ふりかけ 鮭 胡麻ドレッシング ひじき 人参 油揚げ ちくわ こんにゃく だし しょうゆ 砂糖 みりん さつま芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ オレンジ ヨーグルト ウエハース(小麦・乳) お茶	ヨーグルト ウエハース お茶
5 (火)	牛乳	筑前煮 アスパラのゆかり和え にゅうめん パイナップル	ごはん	米 鶏肉 人参 ごぼう レンコン きぬさや こんにゃく だし しょうゆ 砂糖 みりん アスパラ ゆかり そうめん ねぎ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル キャラメル(小麦・乳) りんごジュース せんべい(小麦・卵) 牛乳	(年長:グリコ りんごジュース) おにぎりせんべい 牛乳
6 (水)	牛乳	牛丼 こんにゃくサラダ 味付け小魚 りんご	麦入りごはん	米 麦 牛肉 玉ねぎ ねぎ 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 マヨネーズ しょうゆ 味付け小魚 りんご 小麦粉 バター 卵 砂糖 ベーキングパウダー パナナ プルーン ジュース	プルーンとパナナのバウンドケーキ ジュース
7 (木)	牛乳	オムレツ カラフルじゃこピーマン 麩とワカメのすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	米 卵 ハム 人参 ほうれん草 コーン缶 コンソメ 淡口しょうゆ ピーマン パプリカ じゃこ しょうゆ ゴマ油 麩 ワカメ 玉ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ じゃが芋 マヨネーズ 塩 牛乳	ふかしじゃが 牛乳
8 (金)	牛乳	カレーうどん 白菜とえのきのボン酢和え パナナ	胡瓜巻	胡瓜巻 うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 しょうゆ カレールウ 片栗粉 白菜 えのき ボン酢 パナナ ポップコーン(乳) 牛乳	ポップコーン 牛乳
9 (土)	牛乳	ナポリタン オニオンスープ オレンジ	スパゲティー	スパゲティー ベーコン 玉ねぎ ピーマン コーン缶 ケチャップ 砂糖 玉ねぎ パセリ 中華あじ 淡口しょうゆ オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
11 (月)	牛乳	鯖の梅焼き 小松菜の煮びたし ふわふわ汁 パイナップル	ごはん	米 鯖 梅肉 酒 みりん 小松菜 人参 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん 卵 長芋 人参 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル ポテト 油 塩 牛乳	フライドポテト 牛乳
12 (火)	牛乳	鶏じゃが じゃこサラダ ワカメと玉ねぎのすまし汁 りんご	ごはん	米 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 糸こんにゃく グリンピース だし しょうゆ 砂糖 みりん じゃこ キャベツ 水菜 胡瓜 和風ドレッシング ワカメ 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ りんご サブレ(小麦・乳) カム昆布 牛乳	サブレ カム昆布 牛乳
13 (水)	牛乳	野菜炒め 焼ししゃも 厚揚げのみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 人参 キャベツ 玉ねぎ もやし ピーマン しめじ きくらげ 中華あじ しょうゆ ししゃも 厚揚げ 小松菜 玉ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ パナナ キウイ りんご 白桃缶 みかん缶 バイン缶 牛乳	フルーツ盛 牛乳
14 (木) 誕生会	牛乳	ハンバーグ グリーンサラダ 白菜のすまし汁 ゼリー いちご	鮭おにぎり	米 鮭フレーク 合挽きミンチ 豆腐 玉ねぎ パン粉 卵 牛乳 こしょう ケチャップ キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング 白菜 えのき ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー いちご ショートケーキ(小麦・乳・卵) ワッフル(小麦・乳・卵) 野菜ジュース	(幼児)ショートケーキ (乳児)ワッフル 野菜ジュース
15 (金)	牛乳	クリームシチュー ブロッコリー チーズ オレンジ	ソフトフランス	ソフトフランス 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 コーン缶 パセリ クリームルウ ブロッコリー マヨネーズ チーズ オレンジ えびせんべい 牛乳	えびせんべい 牛乳
16 (土)	牛乳	ラーメン 海藻サラダ パナナ	中華麺	中華麺 焼豚 もやし コーン缶 ナルト ねぎ ウエイパー しょうゆ 海藻ミックス キャベツ ボン酢 パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
18 (月)	牛乳	白身魚のチーズ焼き 切干大根煮 きのこ汁 キウイ	ごはん	米 白身魚 チーズ パセリ 切干大根 人参 油揚げ きぬさや だし しょうゆ 砂糖 みりん しめじ 舞茸 えのき ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ コーンフレーク(小麦・乳) 牛乳	コーンフレーク 牛乳
19 (火)	牛乳	ちくわの磯辺揚げ 三色おひたし 大根とあげのみそ汁 パイナップル	巻き寿司	巻き寿司(卵) ちくわ 青のり 天ぷら粉(小麦・卵) 油 ほうれん草 人参 もやし ゴマ しょうゆ 砂糖 大根 油揚げ 白菜 だし汁 みそ パイナップル さつま芋 牛乳	焼き芋 牛乳
20 (水)	牛乳	親子丼 三度豆のごま和え 焼ポテト グレープフルーツ	麦入りごはん	米 麦 鶏肉 卵 人参 玉ねぎ ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん 三度豆 ゴマ しょうゆ 砂糖 ポテト グレープフルーツ 食パン 生クリーム いちご パナナ キウイ みかん缶 牛乳	フルーツサンド 牛乳
22 (金)	牛乳	ビーフカレー ホワイトサラダ 味付け小魚 オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 しめじ カレールウ ブロッコリー カリフラワー チーズ りんご マヨネーズ ヨーグルト 味付け小魚 オレンジ 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 牛乳 砂糖 油 ココア 牛乳	ココア蒸しパン 牛乳
23 (土)	牛乳	肉うどん キャベツの塩昆布和え パナナ	うどん	うどん 牛肉 しょうゆ 砂糖 みりん ねぎ かまぼこ だし汁 淡口しょうゆ キャベツ 塩昆布 パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
25 (月)	牛乳	たらこスパゲティー ブロッコリーのおひたし わかめスープ グレープフルーツ	ロールパン	ロールパン スパゲティー たらこ マヨネーズ ブロッコリー かつお節 しょうゆ ワカメ 玉ねぎ もやし ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ オレンジジュース みかん缶 クールアガー 砂糖 牛乳	みかんゼリー 牛乳
26 (火)		卒園式			
27 (水)	牛乳	三色丼 ツナサラダ めざし オレンジ	麦入りごはん	米 麦 鶏ミンチ 卵 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ キャベツ 胡瓜 水菜 ツナ缶 胡麻ドレッシング めざし オレンジ ビスケット(小麦・卵・乳) 牛乳	ビスケット 牛乳
28 (木)	牛乳	コロッケ 小松菜の白和え 春雨スープ キウイ	ごはん	米 コロッケ(卵) 小松菜 豆腐 糸こんにゃく ちくわ 人参 ゴマ しょうゆ 砂糖 春雨 白菜 人参 玉ねぎ きくらげ 中華あじ 淡口しょうゆ キウイ パイシート(小麦・乳) 卵 グラニュー糖 牛乳	シュガーパイ 牛乳
29 (金)	牛乳	希望保育	お弁当・コップ持参		お菓子 お茶
30 (土)	牛乳	希望保育	お弁当・コップ持参		お菓子 お茶



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



《3月のクッキング》
幼児組 クラスパーティー



