

3月の献立

令和6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 (金)	牛乳	白身フライ コーンサラダ いちご豆腐とあげのみそ汁 ひな祭りゼリー	ちらし寿司	米 高野豆腐 人参 椎茸 ごぼう 砂糖 しょうゆ みりん じゃこ すし酢 卵 のり 白身フライ 油 ケチャップ 砂糖 コーン キャベツ 胡瓜 水菜 和風ドレッシング 豆腐 油揚げ ねぎ だし汁 みそ いちご ゼリー ひなあられ 牛乳 お茶	ひなあられ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
2 (土)	牛乳	ラーメン ゼリー パナナ	中華麺	中華麺 焼き豚 もやし コーン ねぎ ナルト(卵) ウエイパー(牛脂) しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
4 (月)	牛乳	鮭の塩麹焼き 切干大根煮 ふのすまし汁 オレンジ	ごはん	米 鮭 塩麹 切干大根 人参 油揚げ 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん ふ 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ 食パン バター グラニュー糖 牛乳 お茶	スナックライス 牛乳(幼児) お茶(乳児)
5 (火)	牛乳	野菜炒め 焼きポテト かぼちゃのみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン もやし 鶏ガラ しょうゆ ポテト かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ たこ焼き(卵・だし) ソース 牛乳 お茶	たこ焼き 牛乳(幼児) お茶(乳児)
6 (水)	牛乳	他人丼 三色おひたし チーズ りんご	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん ほうれん草 人参 もやし ごま しょうゆ 砂糖 チーズ りんご ボン菓子 ラムネ カルピス(乳)	ボン菓子 ラムネ カルピス
7 (木)	牛乳	チキンのトマト煮 ポテトサラダ キウイ	バケット	バケット 鶏肉 玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく ケチャップ パセリ じゃが芋 ハム(卵・乳) 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ(卵) キウイ えびせんべい 牛乳 お茶	えびせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
8 (金)	牛乳	ポークカレー 中華サラダ ヨーグルト オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ(乳・牛脂) 春雨 人参 胡瓜 ハム(卵・乳) 酢 すし酢 砂糖 淡口しょうゆ ごま ごま油 ヨーグルト オレンジ 肉まん 牛乳 お茶	肉まん 牛乳(幼児) お茶(乳児)
9 (土)	牛乳	きつねうどん ゼリー パナナ	うどん	うどん 油揚げ 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
11 (月)	牛乳	鯖の梅焼き カラフルじゃこピーマン 大根のみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 鯖 梅肉 みそ みりん パプリカ ピーマン じゃこ しょうゆ 大根 油揚げ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ きな粉菓子 牛乳 お茶	きな粉菓子 牛乳(幼児) お茶(乳児)
12 (火)	牛乳	豚じゃが 三度豆のゴマ和え ふのすまし汁 バイナップル	ごはん	米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 系こんにやく グリンピース だし 砂糖 しょうゆ みりん 三度豆 なす ごま 砂糖 しょうゆ ふ ワカメ ほうれん草 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ バイナップル ホットケーキミックス(乳) 豆腐 砂糖 粉砂糖 油 牛乳 お茶	とうふドーナツ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
13 (水)	牛乳	たらこスパゲティ グリーンサラダ コンソープ オレンジ	ソフトフランス	ソフトフランス(卵) スパゲティ たらこ マヨネーズ(卵) しょうゆ のり キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング コーンスープ(乳) オレンジ さつま芋 牛乳 お茶	焼き芋 牛乳(幼児) お茶(乳児)
14 (木)	牛乳	牛肉のスタミナ炒め きこのすまし汁 ほうれん草かつお和え キウイ	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ もやし タレ ほうれん草 かつお節 しょうゆ えのき しめじ 舞茸 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ ホットケーキミックス(乳) 卵 牛乳 砂糖 油 牛乳 お茶	蒸しパン(プレーン) 牛乳(幼児) お茶(乳児)
15 (金)	牛乳	ハヤシライス こんにやくサラダ 味付け小魚 りんご	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ(乳・牛脂) 系こんにやく ハム(卵・乳) 胡瓜 人参 ごま マヨネーズ(卵) しょうゆ 味付け小魚 りんご 卵 塩 マヨネーズ(卵) 牛乳 お茶	ゆで卵 牛乳(幼児) お茶(乳児)
16 (土)	牛乳	肉うどん ゼリー パナナ	うどん	うどん 牛肉 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
18 (月)	牛乳	鮭の幽庵焼き 小松菜の煮びたし じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 バイナップル	ごはん	米 鮭 すだち ポン酢 小松菜 人参 油揚げ だし 砂糖 しょうゆ みりん じゃが芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ バイナップル おせんべい(乳) 牛乳 お茶	おせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
19 (火) 誕生会	牛乳	チーズハンバーグ アスパラのゆかり和え オニオンスープ ゼリー いちご	菜めし おにぎり	米 菜めしふりかけ 鮭フレーク 合挽きミンチ 玉ねぎ 豆腐 卵 パン粉 チーズ 牛乳 ケチャップ 砂糖 アスパラ ゆかり 玉ねぎ 水菜 人参 鶏ガラ 淡口しょうゆ ゼリー いちご ケーキ(卵・乳) 牛乳 お茶	いちごロールケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
21 (木)	牛乳	ブルコギ 揚げしゅうまい 卵スープ グレープフルーツ	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ニラ しめじ 春雨 ごま 生姜 にんにく タレ しゅうまい(卵) 油 卵 パセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ グレープフルーツ たいやき 牛乳 お茶	たいやき 牛乳(幼児) お茶(乳児)
22 (金)	牛乳	チキンカレー ホワイトサラダ 味付け小魚 キウイ	雑穀ごはん	米 雑穀 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 カレールウ(乳・牛脂) ブロックリー カリフラワー りんご チーズ ヨーグルト マヨネーズ(卵) 味付け小魚 キウイ 食パン 生クリーム いちご パナナ 牛乳 お茶	フルーツサンド 牛乳(幼児) お茶(乳児)
23 (土)	牛乳	ミートスパゲティ ゼリー パナナ	スパゲティ	スパゲティ 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ ケチャップ 砂糖 パセリ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
25 (月)	牛乳	白身魚の西京焼き 胡瓜の酢の物 豚汁 オレンジ	ごはん	米 白身魚 白みそ みりん 胡瓜 じゃこ 春雨 ワカメ 酢 砂糖 淡口しょうゆ 豚バラ 人参 大根 しめじ 小芋 白菜 ごぼう 系こんにやく ねぎ だし汁 みそ オレンジ パイシート(卵・乳) 卵 グラニュー糖 牛乳 お茶	シュガーパイ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
26 (火)	卒園式				
27 (水)	牛乳	親子丼 アスパラベーコン グレープフルーツ	麦入りごはん	米 大麦 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん アスパラ ベーコン(卵・乳) しょうゆ グレープフルーツ 塩せんべい 牛乳 お茶	塩せんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
28 (木)	牛乳	筑前煮 焼きししゃも ほうれん草のすまし汁 りんご	ごはん	米 鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにやく 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん ししゃも ほうれん草 えのき ねぎ だし汁 淡口しょうゆ りんご どら焼き(卵・乳) 牛乳 お茶	どら焼き(カスタード) 牛乳(幼児) お茶(乳児)
29 (金)	お茶	希望保育	お弁当・コップ持参		お菓子 お茶
30 (土)	お茶	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
 幼児組 学年ごとにクラスパーティー
 4日 年長組 お別れ遠足
 6日 マラソン たこあげ(雨天12日)

『調理室
より』

調理体験を
させてあげてください

家で、お母さんといっしょに調理体験をさせてあげてください。自分で作った料理なら、苦手な食べ物でも進んで食べようとしてくれるものです。