

# 吉根みどり幼稚園 3月献立表

ひにち	こんだて	赤(あか)	緑(みどり)	黄(き)	調味料 等
		おもに体をつくるものとなる食品	おもに体の調子を整えるものとなる食品	おもにエネルギーのもととなる食品	
3(月)	はなやかごはん		7種野菜のふりかけ	胚芽米	
	さばのみそに	鯖・味噌			生姜
	ひじきとかぼちゃのつけ	油揚げ・竹輪	ひじき・いんげん・南瓜・玉葱		
	すいもの		季節の野菜		
5(水)		個人懇談			
7(金)		個人懇談			
10(月)		個人懇談			
12(水)		お別れ会			
14(金)		お弁当の日			
17(月)	さわらのりきゅうやき(ごまいり)	鯖・味噌		胡麻	
	きりぼしだいこんのつけ	油揚げ	人参・いんげん・切干大根		
19(水)	のりしおからあげ	鶏肉	青粉	片栗粉	中華味
	ぼてとさらだ		ブロッコリー・人参・パセリ・コーン	じゃが芋・マヨドレ	こしょう
	そつえんとざーと		黄桃缶・みかん缶・いちご	豆乳杏仁	
20(木)		春分の日			
21(金)		卒園式			
24(月)		修了式			

※毎日の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただけますと幸いです。

※砂糖・みりん・酒・塩・醤油の表記は省略しております。

☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。

●●● このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレーニ卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

☆魚は、ホタテ・鰯・カレイのいずれかとなります。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。

