

一宮聖光幼稚園 保育部 3月献立表

ひにち	午膳おやつ	こんだて	午後おやつ	赤（あか）	緑（みどり）	黄（き）	調味料 等
				おもに体をつくるものになる食品	おもに体の調子を整えるものになる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	
3(月)	とうにゅう こざかな	さばのみそに	ひとくちようかん	鯖・味噌			生姜
		ひじきとかぼちゃのにつけ		油揚げ・竹輪	ひじき・いんげん・南瓜・玉葱		
		けんちんじる		鶏肉	季節の野菜		
4(火)	とうにゅう はなな	誕生会					
		はやしらius	おいもちっぶす	豚肉	人参・トマト缶・玉葱・トマトジュース	ハヤシルー	ケチャップ・コンソメ
		ふらいどぼてと			じゃが芋		
		りんごかんてん			イナアガー・りんごジュース		
5(水)	とうにゅう こざかな	お別れ会					
		とりなんばん	ぼんがし	鶏肉		片栗粉	米酢
		はるさめちゅうかさらだ		ツナ	人参・青菜・きくらげ	春雨・ごま油	米酢
		もやしすーぶ		豚肉・鯉節	もやし	ごま油	中華味・生姜・にんにく
6(木)	とうにゅう おれんじ	やさいたっぶりぶたどん	きなこもち	豚肉	人参・青菜・玉葱・しめじ	片栗粉・ごま油	生姜・にんにく・中華味
		たつくり		鰯			
		みそしる		味噌	季節の野菜		
7(金)	とうにゅう こざかな	さわらのごまみそやき	せんべい	鯖・味噌		胡麻	
		にくじゃが		豚肉	人参・いんげん・玉葱	じゃが芋・こんにゃく	
		みそしる		味噌	季節の野菜		
10(月)	とうにゅう りんご	とりのまーまれーどやき	いもけんび	鶏肉			マーマレード
		ぼーくびーんず		豚肉・大豆	人参・トマト缶・玉葱	じゃが芋・片栗粉	生姜・にんにく・コンソメ・ケチャップ
		みそしる		味噌	季節の野菜		
11(火)	とうにゅう こざかな	あじのこーんまよやき	あまなっとう	鰯・味噌	コーン	マヨドレ	
		やさいのれもんどれっしんぐあえ			人参・ブロッコリー・青菜・コーン・レモン果汁	オリーブオイル	コンソメ・こしょう
		わかめすーぶ			わかめ・季節の野菜		中華味・こしょう
12(水)	とうにゅう はなな	のりしおからあげ	ひとくちぜりー	鶏肉	青粉	片栗粉	中華味
		こーるすろーさらだ			人参・ブロッコリー・青菜・コーン・玉葱		米酢
		そつえんでざーと			黄桃缶・みかん缶・いちご	豆乳杏仁	
13(木)	とうにゅう こざかな	かれーらいす	ほしいも	豚肉	人参・玉葱	じゃが芋・カレールー	コンソメ・生姜・にんにく
		れんこんふらい			蓮根	片栗粉	
		くだもの			オレンジ		
14(金)	とうにゅう おれんじ	あつあげのにくみそがけ	きなこねじり	厚揚げ・豚肉・大豆ミート・味噌	玉葱・えのき	片栗粉	
		こやどうふのにつけ		鶏肉・高野豆腐	人参・いんげん・大根		
		すいもの			季節の野菜		
17(月)	ひとくちぜりー		あられ	お弁当の日			
18(火)	とうにゅう こざかな	ちきんのばーベきゅーそーす	ひとくちようかん	鶏肉			ケチャップ・コンソメ・生姜・にんにく
		あおなのごまあえ			人参・青菜・切干大根	胡麻	
		みそしる		味噌	季節の野菜		
19(水)	とうにゅう はなな	みーとすばってーいー	おいもちっぶす	豚肉・大豆ミート・味噌	人参・トマト缶・玉葱	米粉麺・片栗粉	コンソメ・ソース・ケチャップ・にんにく
		まめまめさらだ		ツナ・大豆	人参・コーン・枝豆・青菜	オリーブオイル	コンソメ
		こんそめすーぶ			季節の野菜		コンソメ・こしょう
20(木)				春分の日			
21(金)	とうにゅう こざかな	あかうおのにつけ	ぼんがし	赤魚			生姜
		とりとごぼうのにも		鶏肉	人参・いんげん・大根・牛蒡	こんにゃく・片栗粉	
		みそしる		味噌	季節の野菜		
24(月)	とうにゅう りんご	てりやきちきん	きなこもち	鶏肉			生姜・にんにく
		こやどうふのそばろあん		鶏肉・高野豆腐	人参・いんげん・しめじ	片栗粉	
		みそしる		味噌	季節の野菜		
25(火)	とうにゅう こざかな	ぶたのしょうがやき	せんべい	豚肉	人参・玉葱		生姜
		からふるおひだし			人参・青菜・枝豆・コーン		コンソメ
		ちゅうかすーぶ			季節の野菜		中華味
26(水)	とうにゅう はなな	さばのにつけ	いもけんび	鯖			生姜
		ごもくきんびら		鶏肉・竹輪	人参・いんげん・牛蒡	こんにゃく・ごま油	
		みそしる		味噌	季節の野菜		
27(木)	とうにゅう こざかな	まーぼーどうふどん	ひとくちぜりー	豆腐・豚肉・大豆ミート・味噌	にら・ねぎ	片栗粉・ごま油	生姜・にんにく・中華味
		かぼちゃのおいるやき			南瓜		
		みそしる		味噌	季節の野菜		
28(金)	とうにゅう おれんじ	かれーらいす	あまなっとう	豚肉	人参・玉葱	じゃが芋・カレールー	コンソメ・生姜・にんにく
		ぶろっこりーのなむる			ブロッコリー・人参・切干大根	ごま油	中華味
		こんそめすーぶ			季節の野菜		コンソメ・こしょう
31(月)	ひとくちぜりー		ひとくちようかん	お弁当の日			

※旬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。ご了承いただくと幸いです。

※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。

※主食の表記が無い日は【胚芽米ごはん】となります。

※マヨドレ＝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、ホキ・鯖・カレイのいずれかとなります。

