

# 一宮聖光幼稚園 保育部 3月献立表

ひにち	午前おやつ	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	おもに体の腸子を整えるものになる食品	おもにエネルギーのものになる食品	
3(月)	どうにゅう こさかな	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)	どうにゅう はなな	<b>誕生会</b>					
		はやしらいす	おいもちはす	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
		ふらいどほてと				じゃが芋	
5(水)	どうにゅう こさかな	りんごかんてん			イナアガー・りんごジュース		
		<b>お別れ会</b>					
		とりなんばん	ほんがし	鶏肉		片栗粉	米酢
6(木)	どうにゅう おれんじ	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・鰹節	もやし	ごま油	中華味・生姜・にんにく
		みそしる		味噌	季節の野菜		
7(金)	どうにゅう こさかな	さわらのごまみそやき	せんべい	鯖・味噌		胡麻	
		にくじゅが		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)	どうにゅう りんこ	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)	どうにゅう こさかな	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)	どうにゅう 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)	どうにゅう こさかな	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)	どうにゅう 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	
		こうやどうふのにつけ		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	<b>お弁当の日</b>				
18(火)	どうにゅう こさかな	ちきんのはーべきゅーそーす	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)	どうにゅう はなな	みーとすばけっていー	おいもちはす	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)			<b>春分の日</b>				
21(金)	どうにゅう こさかな	あかうおのにつけ	ほんがし	赤魚			生姜
		とりとごぼうのにもの		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)	どうにゅう りんこ	てりやきちきん	きなこもち	鶏肉			生姜・にんにく
		こうやどうふのそぼろあん		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)	どうにゅう こさかな	ぶたのしょうがやき	せんべい	豚肉	人参・玉葱		生姜
		からふるおひたし			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)	どうにゅう はなな	さばのにつけ	いもけんび	鯖			生姜
		ごもくきんひら		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)	どうにゅう こさかな	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
		かぼちゃのおいのやき			南瓜		
		みそしる		味噌	季節の野菜		
28(金)	どうにゅう 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
		ぶろっこリーのなむる			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	<b>お弁当の日</b>				

\*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。

\*氷砂糖・みりん・酒・塩・醤油の表記は省略しております。

\*青菜葉は、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、ホタテ・鮭・カレイのいずれかとなります。

