

3月 給食献立表



令和5年

今月の目標 : 成長を喜び、食事に感謝する。

日	曜	昼食	おやつ	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる
1	水	ナン 大豆とひき肉のドライカレー ヨーグルトサラダ	スキムミルク 卵蒸しケーキ	牛ひき肉・豚ひき肉・だいた ヨーグルト・脱脂粉乳・鶏卵	ナン・じゃがいも・米ぬか油・薄力粉 ミックスフルーツ・グラニュー糖 バター・三温糖	にんじん・たまねぎ・グリーンピース にんにく・しょうが・きゅうり・りんご・バナナ みかん缶詰・干しぶどう
2	木	魚のムニエル ほうれん草サラダ のっぺい汁 バナナ	スキムミルク たまごサンド	まごがれい・ロースハム・油揚げ 脱脂粉乳・鶏卵	マーガリン・薄力粉・マヨネーズ さといも・食パン	ほうれん草・にんじん・スイートコーン缶詰 大根・たまねぎ・ごぼう・こねぎ・バナナ
3	金	【誕生会】 さつますもじ おさ汁 鶏の唐揚げ 春色サラダ イチゴ	幼児ジュース ひなあられ	鶏もも・さつま揚げ・鶏卵 蒸しかまぼこ・絹ごし豆腐・鶏もも ロースハム	三温糖・かたくり粉・マヨネーズ ひなあられ ミツオ	乾しいたけ・きくらげ・にんじん・ごぼう たけのこ水煮缶詰・あおさ・たまねぎ えのきたけ・キャベツ・にんじん スイートコーン缶詰・いちご・りんご飲料
4	土	野菜ラーメン 春巻き 浅漬け りんご	牛乳 甘辛せんべい	豚ひき肉・普通牛乳	中華めん・味噌ラーメンスープ 米ぬか油・甘辛せんべい	キャベツ・たまねぎ・にんじん りょくとうもやし・こねぎ・乾しいたけ スイートコーン缶詰・はくさい・きゅうり・塩昆布 りんご
6	月	具だくさんのひじきの煮物 おからサラダ 味噌汁 バナナ	スキムミルク お麩のラスク	だいた・油揚げ・焼き竹輪・鶏もも おから・ロースハム・普通牛乳 麦みそ・脱脂粉乳	中ざら糖・マヨネーズ・焼きふ・三温糖 マーガリン	ほしひじき・にんじん・れんこん 乾しいたけ・ごぼう・きゅうり・たまねぎ えのきたけ・西洋かぼちゃ・バナナ
7	火	チーズハンバーグ ブロッコリーサラダ ミニトマト 野菜スープ オレンジ	スキムミルク バナナケーキ	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・木綿豆腐 プロセスチーズ・普通牛乳 かに風味かまぼこ・ベーコン 脱脂粉乳	パン粉・塩こしょう・薄力粉	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・りんご きゅうり・ミニトマト・キャベツ りょくとうもやし・えのきたけ スイートコーン缶詰・バレンシアオレンジ バナナ
8	水	ジャーマンポテト さくら焼売 納豆和え	スキムミルク ホットケーキ	豚もも・鶏卵・糸引き納豆・しらす干し 脱脂粉乳・普通牛乳・ホイップクリーム	じゃがいも・中ざら糖・米ぬか油 マヨネーズ・ホットケーキミックス メープルシロップ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース キャベツ・にんじん・りょくとうもやし・にら いちご
9	木	魚の照り焼き ひじきサラダ さつま汁 バナナ	スキムミルク ウイナー蒸しパン	ぶり・まぐろ缶詰・鶏もも・油揚げ 麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵 ウイナーソーセージ プロセスチーズ	マヨネーズ・さといも・ホットケーキミックス	きゅうり・りょくとうもやし・ほしひじき にんじん・大根・たまねぎ・こねぎ・バナナ
10	金	【お別れ会】 鶏の竜田揚げ タレつき肉団子 チップスサラダ スパゲティ 卵スープ ミニカップゼリー	アップルキャラット お祝いケーキ	鶏もも・タレつき肉団子・鶏卵	かたくり粉・ポテトチップス マカロニ・スパゲティ・ミックスベジタブル オレンジゼリー・アップルキャラット お祝いケーキ	きゅうり・スイートコーン缶詰・にんじん・レタス たまねぎ・カットわかめ・えのきたけ こねぎ
11	土	ちゃんこうどん カボチャコロッケ 浅漬け りんご	牛乳 甘辛せんべい	かつお節・鶏もも・焼き竹輪・油揚げ 普通牛乳	干しうどん・コロッケ・甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・はくさい・大根 こまつな・乾しいたけ・きゅうり・塩昆布 りんご
13	月	豆腐の五目煮 ししゃも天 ほうれん草ともやしナムル オレンジ	スキムミルク ヨーグルトケーキ	鶏ひき肉・木綿豆腐・ししゃも 脱脂粉乳・鶏卵・ヨーグルト	かたくり粉・米ぬか油・プレミックス粉 ごま油・ごま・三温糖・マーガリン 薄力粉	にんじん・たまねぎ・えのきたけ 乾しいたけ・たけのこ水煮缶詰・こねぎ ほうれん草・りょくとうもやし・にんじん バレンシアオレンジ
14	火	マカロニグラタン 中華スープ バナナ	スキムミルク ふくれ菓子	ブラックタイガー ウイナーソーセージ・普通牛乳 プロセスチーズ・鶏卵・脱脂粉乳	マカロニ・スパゲティ・マーガリン 米ぬか油・中力粉・黒砂糖・はちみつ	たまねぎ・マッシュルーム・にんじん こまつな・えのきたけ・バナナ
15	水	野菜いっぱいカレー ブロッコリーサラダ	スキムミルク サーターアランダギー	牛ひき肉・豚ひき肉 かに風味かまぼこ・脱脂粉乳・鶏卵	じゃがいも・さつまいも・米ぬか油 ホットケーキミックス・薄力粉・黒砂糖	西洋かぼちゃ・にんじん・たまねぎ グリーンピース・ブロッコリー・りんご きゅうり
16	木	【遠足】				
17	金	魚のマヨネーズ焼き 野菜きんぴら 味噌汁 オレンジ	スキムミルク ミルクラスク	まがれい・普通牛乳・鶏卵 しらす干し・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・加糖練乳	マヨネーズ・タルタルソース・三温糖 ごま・ごま油・食パン 食塩不使用バター	ごぼう・にんじん・大根・れんこん たけのこ・たまねぎ・えのきたけ 西洋かぼちゃ・バレンシアオレンジ
18	土	えび天うどん 人参しりしり りんご	ヤクルト せんべい	鶏もも・ブラックタイガー・かつお節 蒸しかまぼこ・鶏卵・木綿豆腐 乳酸菌飲料	プレミックス粉・米ぬか油・干しうどん ごま油・甘辛せんべい	ほうれん草・乾しいたけ・にんじん りょくとうもやし・にら・りんご
20	月	親子煮 ごまネーズサラダ バナナ	スキムミルク ココア蒸しパン	鶏もも・蒸しかまぼこ・鶏卵・だいた 焼き竹輪・麦みそ・脱脂粉乳 普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油・三温糖 マヨネーズ・ごま・薄力粉	にんじん・たまねぎ・えのきたけ・こねぎ 乾しいたけ・ほうれん草・にんじん ほしひじき・バナナ
22	水	ハヤシライス コールスロー オレンジ	スキムミルク きな粉ドーナツ	牛もも・ロースハム・脱脂粉乳・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳・きな粉	米ぬか油・三温糖 シーザードレッシング・薄力粉 グラニュー糖	たまねぎ・ぶなしめじ・トマト缶詰 グリーンピース・キャベツ・にんじん・きゅうり りんご・スイートコーン缶詰 バレンシアオレンジ
23	木	魚の野菜あんかけ 納豆 りんご	スキムミルク マカロニあべかわ	まがれい・糸引き納豆・脱脂粉乳 きな粉	かたくり粉・米ぬか油・マカロニ マーガリン・マヨネーズ	にんじん・えのきたけ・りょくとうもやし こまつな・たまねぎ・乾しいたけ たけのこ水煮缶詰・りんご
24	金	ハンバーグ フライドポテト 野菜スープ	カルピス ビスケット	豚ひき肉・牛ひき肉・普通牛乳・鶏卵 プロセスチーズ・ベーコン 乳酸菌飲料	パン粉・コッペパン・三温糖 フライドポテト・米ぬか油・ビスケット	たまねぎ・にんじん・レタス・キャベツ りょくとうもやし・えのきたけ スイートコーン缶詰
25	土					
27	月	高野豆腐の卵とじ チーズはんぺんフライ 塩昆布和え	スキムミルク マドレーヌ	鶏ひき肉・鶏卵・高野豆腐・脱脂粉乳 普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油 チーズはんぺんフライ・ホットケーキミックス マーガリン・三温糖	キャベツ・にんじん・りょくとうもやし えのきたけ・こねぎ・たまねぎ・乾しいたけ 塩昆布・大根・きゅうり
28	火	魚のみりん焼き ワカメサラダ 豚汁	スキムミルク ロールサンド	まあじ・かに風味かまぼこ・豚もも 油揚げ・麦みそ・脱脂粉乳 プロセスチーズ ウイナーソーセージ	ごま・さといも・食パン・マヨネーズ	レタス・きゅうり・にんじん・根深ねぎ・大根 たまねぎ・ごぼう・こねぎ・乾しいたけ
29	水	さつま芋シチュー 焼売 ほうれん草ともやしナムル りんご	スキムミルク クッキー	ベーコン・普通牛乳・しゅうまい 脱脂粉乳	さつまいも・米ぬか油・ごま油・ごま 中華風クッキー	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん ほんしめじ・ほうれん草・りょくとうもやし りんご

(※ このマークの日はご飯はいりません)

♥ 献立表の下にラインが引いてあるのは、さくら組さんからのリクエスト献立です。
リクエスト献立は、2月と3月に入れています(〜)