


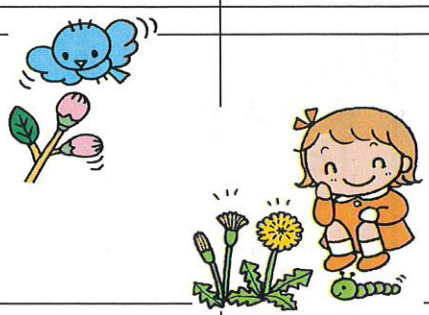


# 3月 献立表

月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日 ひなまつり	4日	5日
	ぶりの漬け焼き 鰯・酒・みりん・しょうゆ	豚肉と長ネギのポン酢炒め 豚肉・白ねぎ・人参・しょうゆ・かぼす果汁・三温糖・油・かつお	ひなまつり寿司 生鮭・塩麴・人参・コーン・煙草・ちりめんじゃこ・ごま・すし酢・酢	鯖のおろしあんかけ 鯖・塩麴・大根・三つ葉・しょうゆ・みりん・片栗粉	ちゃんごうどん 豚肉・白菜・まいたけ・玉ねぎ・乾麺・塩麴・三温糖・みりん・しょうゆ・塩・油
	きんぴら ごぼう・糸こんにやく・人参・みりん・しょうゆ・三温糖・ごま油	じゃがいものしょうゆバター じゃがいも・しょうゆ・バター	鶏肉の西京焼き 鶏もも肉・白みそ・みりん・酒・しょうゆ・塩麴	ケチャップ炒め れんこん・玉ねぎ・エリンギ・ケチャップ・三温糖・しょうゆ・油	ごま和え 長芋・小松菜・人参・しょうゆ・ごま・練りごま
	和風和え かぶ・小松菜・しろ菜・人参・三温糖・しょうゆ	さっぱり和え ブロッコリー・玉ねぎ・ツナ・パプリカ・しょうゆ・すし酢	マヨドレサラダ キャベツ・葉の花・人参・マヨドレ・しょうゆ	マリネ カリフラワー・人参・チンゲン菜・オリーブ油・塩・酢・しょうゆ	みそ汁 さつまいも・春菊・とろろ昆布・みそ
みそ汁 豆腐・もやし・豆腐・みそ	スープ 白菜・しめじ・ほうれん草・しょうゆ・塩・コンソメ	かきたま汁 卵・あおさ・片栗粉・しょうゆ・塩	みそ汁 さつまいも・春菊・とろろ昆布・みそ		
ミルククリームパン 牛乳 食パン・牛乳・三温糖・コーンスターチ	おにぎり りんご チーズ 油揚げ・しょうゆ・三温糖・みりん	抹茶ケーキ いちご 牛乳 小麦粉・BP・豆乳・三温糖・抹茶・油・酢・塩・おから・生クリーム	ゆかりせんべい 牛乳 白玉粉・豆腐・三温糖・ゆかり粉・ごま	おにぎり りんご わかめ	
7日	8日	9日	10日	11日 お誕生会	12日
切干大根ごはん 切干大根・人参・しめじ・みりん・しょうゆ	鶏肉の塩麴焼き 鶏もも肉・塩麴・三温糖・酒	ハンバーグ 豚ミンチ・玉ねぎ・塩麴・パン粉・油・しょうゆ・みりん・片栗粉	さわらのかば焼き 鯖・片栗粉・三温糖・みりん・しょうゆ	おすし 高野豆腐・かんぴょう・ちりめんじゃこ・人参・しろ菜・三温糖・しょうゆ・塩・すし酢・酢	豚みそ丼 豚肉・白ねぎ・しめじ・小松菜・人参・酒・塩麴・みりん・しょうゆ・みそ・片栗粉
白身魚の梅焼き 白身魚・梅肉・三温糖・みりん・しょうゆ	じゃがいもの甘辛炒め じゃがいも・人参・糸こんにやく・しょうゆ・三温糖・油	野菜のソテー ブロッコリー・しめじ・コーン・オリーブ油・塩・しょうゆ	厚揚げの煮物 厚揚げ・三度豆・三温糖・しょうゆ・塩	タンドリーチキン 鶏手羽元・ヨーグルト・ケチャップ・カレー粉・しょうゆ	
中華和え しろ菜・レタス・もやし・パプリカ・しょうゆ・すし酢・酢・ごま油	大豆サラダ 水煮大豆・ほうれん草・えのき・しょうゆ・三温糖・酢・オリーブ油	じゃこ和え 白菜・人参・ごぼう・水菜・ちりめんじゃこ・しょうゆ	香り和え 小松菜・人参・かぶ・しょうゆ・ごま油	マカロニサラダ マカロニ・キャベツ・チンゲン菜・パプリカ・マヨドレ・塩	
みそ汁 長芋・わかめ・みそ	スープ キャベツ・ペーコン・玉ねぎ・しょうゆ・塩・コンソメ	みそ汁 豆腐・れんこん・ねぎ・みそ	清汁 さつまいも・もやし・レタス・しょうゆ・塩	マカロニスープ クリームコーンスープ じゃがいも・ほうれん草・クリームコーン・しょうゆ・塩・コンソメ	清汁 大根・豆腐・しょうゆ・塩
ココア蒸しパン 牛乳 米粉・ココア・BP・三温糖・塩・酢・油・豆乳	みそパン 牛乳 食パン・三温糖・みりん・みそ・白みそ・ごま	スノーボール オレンジ 牛乳 小麦粉・片栗粉・油・バター・三温糖・粉糖	そばおにぎり りんご チーズ 豚ミンチ・酒・三温糖・しょうゆ	キャラットケーキ 牛乳 小麦粉・BP・豆乳・三温糖・酢・塩・豆乳・油・人参・シナモン	おにぎり りんご ゆかり粉
14日	15日 お別れ遠足(たいよう)	16日	17日 お別れ会	18日	19日 卒園式
ベーコンピラフ風 ベーコン・玉ねぎ・人参・しょうゆ・みりん	豚肉の柳川風 豚肉・ごぼう・しょうゆ・三温糖・みりん	白身魚の風味焼き 白身魚・かぼす果汁・みりん・しょうゆ	キーマライス 豚ミンチ・玉ねぎ・パプリカ(赤)・コーン・カレー粉・三温糖・しょうゆ・ケチャップ・塩	洋風生姜焼き 豚肉・れんこん・玉ねぎ・生姜・バルサミコ酢・三温糖・しょうゆ・油	
鶏肉の香り焼き 鶏もも肉・ニラ・塩麴・しょうゆ・みりん・酒・片栗粉	切干ナポリタン 切干大根・玉ねぎ・エリンギ・れんこん・三温糖・しょうゆ・黒酢・ケチャップ・油	高野豆腐煮 高野豆腐・人参・しょうゆ・みりん・三温糖	鶏肉の甘辛焼き 鶏もも肉・塩麴・三温糖・しょうゆ・片栗粉	長芋のオリーブ焼き 長芋・オリーブ油・塩麴	
フレンチサラダ ブロッコリー・チンゲン菜・パプリカ・コーン・三温糖・酢・塩・油	ゆかり和え 小松菜・レタス・人参・ゆかり粉・しょうゆ	ごまみそ和え 葉の花・しろ菜・人参・ごま・白みそ・しょうゆ	ポテトサラダ じゃがいも・キャベツ・人参・マヨドレ・塩	海苔和え 白菜・ほうれん草・人参・焼きのり・しょうゆ・三温糖・ごま油	
清汁 豆腐・しろ菜・しょうゆ・塩	豆乳みそ汁 ほうれん草・しめじ・もやし・豆乳・みそ	スープ 春雨・長芋・煙草・しょうゆ・塩・コンソメ	みそ汁 小松菜・油揚げ・えのき・みそ	清汁 鮭・チンゲン菜・なめこ・しょうゆ・塩	
ホットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳	ツナマヨパン 牛乳 食パン・ツナ・マヨドレ・パセリ粉	ボンデケーキ オレンジ 牛乳 白玉粉・塩・チーズ・油・豆乳	アップル春巻き 牛乳 春巻きの皮・りんご・三温糖・油	かわりぼたもち りんご チーズ 米・もち米・甘納豆・塩・きなこ	
21日 春分の日	22日	23日 かげお弁当日	24日 そらお弁当日	25日	26日
	鯖のごま焼き 鯖・ごま・酒・みりん・しょうゆ	鶏肉の甘酢あん 鶏もも肉・塩麴・玉ねぎ・三度豆・ケチャップ・しょうゆ・酢・片栗粉	チンジャオロース 豚肉・パプリカ(赤)・ピーマン・筍・生姜・油・酒・しょうゆ・三温糖・塩麴・片栗粉	鮭のチーズパン粉焼き 生鮭・粉チーズ・みりん・しょうゆ・パン粉	中華丼 豚肉・玉ねぎ・しろ菜・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油・片栗粉
	春雨炒め 豚ミンチ・春雨・パプリカ・玉ねぎ・三温糖・しょうゆ・油	金時豆煮 金時豆・しょうゆ・三温糖・塩	さつまいものシナモン焼き さつまいも・しょうゆ・バター・シナモン	ひじき煮 ひじき・人参・水菜・大豆・しめじ・三温糖・しょうゆ	
	うどの酢の物 うど・白菜・水菜・わかめ・人参・すし酢・酢・しょうゆ	かつお和え 煙草・もやし・人参・エリンギ・かつお・しょうゆ	サラダ 葉の花・キャベツ・人参・マヨドレ・しょうゆ	ナムル チンゲン菜・ブロッコリー・人参・しょうゆ・三温糖・塩・ごま油	清汁 長芋・小松菜・しょうゆ・塩
みそ汁 大根・葉の花・もずく・みそ	清汁 かぶ・ほうれん草・レタス・しょうゆ・塩	みそ汁 れんこん・しろ菜・ねぎ・みそ	スープ じゃがいも・コーン・豆腐・しょうゆ・塩・コンソメ	おにぎり りんご かつお・しょうゆ	
みたらしパン 牛乳 食パン・三温糖・しょうゆ・片栗粉	シリアルバー オレンジ 牛乳 コーンフレーク・オートミール・三温糖・油・水・小麦粉	おにぎり りんご チーズ 鮭フレーク・塩	ごまスコーン 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・油・豆乳・ごま		
28日	29日 家庭保育協力日	30日 家庭保育協力日	31日 家庭保育協力日		
炊き込みごはん ごぼう・人参・しめじ・みりん・しょうゆ					
鶏肉のオーロラ焼き 鶏もも肉・塩麴・ケチャップ・マヨドレ					
ごま和え 水菜・もやし・れんこん・人参・ごま・練りごま・ごま油・しょうゆ・三温糖					
清汁 さつまいも・白菜・三つ葉・しょうゆ・塩					
きなこ蒸しパン 牛乳 ホットケーキmix・黒砂糖・きなこ・牛乳・油	食パン 牛乳 食パン・ジャム	りんごゼリー オレンジ 牛乳 りんごジュース・三温糖・寒天・水	おにぎり りんご チーズ 花むすび		

乳児の朝おやつ  
月 牛乳・せんべい  
火 牛乳・クラッカー  
水 牛乳・ビスケット  
木 牛乳・せんべい  
金 牛乳・クラッカー  
土 牛乳・せんべい