



3月の献立はひまわり組
のリクエストメニューです

* 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。
* 1、2歳児は午前中に豆乳を飲みます。
☆20日(火)はお別れ会です。メニューは別紙でお知らせ致します。

	お 昼	食 材 料	お や つ	食 材 料		お 昼	食 材 料	お や つ	食 材 料
2 ・ 16 (土)	ごはん 肉野菜炒め さつまいもの甘煮 清汁 果物	・米 ・豚肉 白菜 もやし 人参 塩 油 ・さつまいも 三温糖 しょうゆ ・昆布鰹節 塩 しょうゆ 小松菜 玉葱	牛乳 クッキー せんべい	牛乳 クッキー せんべい	11 ・ 25 (月)	チャーハン 厚揚げの中華煮 スティックきゅうり 春雨スープ 果物	・米 焼豚 人参 玉葱 油 しょうゆ 塩 ・豚肉 酒 厚揚げ 長葱 玉葱 人参 ピーマン ごま油 しょうが にんにく 三温糖 塩 片栗粉 しょうゆ ・きゅうり 塩 ・昆布鰹節 塩 しょうゆ 春雨 白菜 チンゲン菜 ごま油	豆乳 フレンチ トースト	豆乳 食パン 卵 上白糖 牛乳 はちみつ
4 ・ 18 (月)	納豆ごはん ぶりのねぎ照り焼き ブロッコリーの おかか和え 味噌汁 果物	・米 納豆 しょうゆ 鰹節 万能葱 ・ぶり しょうゆ みりん 酒 長葱 油 ・ブロッコリー 人参 鰹節 しょうゆ 玉葱 ・煮干 味噌 里芋 大根 油揚げ	麦茶 (4日) ジャムサンド (18日) アップル春巻き	麦茶 (4日) コッペパン ブルーベリージャム (18日) 春巻きの皮 油 りんご 上白糖	12 ・ 26 (火)	焼きそば ピーマンツナ和え スープ 果物	・中華麺 油 豚肉 にんじん 玉葱 キャベツ たら ソース 塩 青のり ・ピーマン 人参 ツナ缶 コーン缶 三温糖 しょうゆ ごま ・昆布鰹節 塩 しょうゆ 豆腐 わかめ 長葱	牛乳 12日 手作りピザ 26日 ドーナツ	牛乳 (12日)強力粉 塩 オリーブ油 玉葱 イースト コーン缶 トマト缶 ツナ缶 ピザチーズ (26日)おから 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 油 グラニュー糖
5 ・ 19 (火)	鶏南蛮うどん しらすのサラダ 果物	・うどん 鶏肉 大根 白菜 人参 油 長葱 鰹節 しょうゆ みりん 塩 ・ほうれん草 もやし しらす 油 しょうゆ 酢 ごま油 三温糖	豆乳 鮭おにぎり	豆乳 米 鮭 油 ごま 海苔	13 ・ 27 (水)	ごはん かじき竜田揚げ ひじきサラダ 味噌汁 果物	・米 ・かじき 片栗粉 しょうが しょうゆ 酒 油 ・ひじき ごま油 もやし 人参 油 ほうれん草 しょうゆ 酢 三温糖 塩 ・煮干し 味噌 じゃがいも 玉葱 絹さや	牛乳 ミートソース スバゲティ	牛乳 スバゲティ 豚肉 油 人参 玉葱 ケチャップ みりん ソース しょうゆ 塩
6 (水) ・ 22 (金)	ごはん すき焼き風煮 蒸しかぼちゃ スープ 果物	・米 ・油 豚肉 人参 白菜 酒 三温糖 しょうゆ 長葱 焼き豆腐 しらたき ・かぼちゃ 塩 ・昆布鰹節 塩 しょうゆ かぶ かぶ菜 玉葱	牛乳 6日 お好み焼き 22日 ハニーチーズ トースト	牛乳 (6日)小麦粉 鰹節 ツナ缶 玉葱 塩 ケチャップ キャベツ マヨネーズ (22日)食パン ピザチーズ はちみつ	14 ・ 28 (木)	ぶどうロール グラタン りんごのサラダ スープ 果物	・ぶどうロール ・マカロニ 鶏肉 玉葱 かぼちゃ ブロッコリー 油 塩 小麦粉 バター 牛乳 パン粉 粉チーズ ・りんご レタス 人参 ツナ缶 酢 三温糖 塩 ・昆布鰹節 塩 しょうゆ もやし ほうれん草	麦茶 焼きおにぎり	麦茶 米 味噌 みりん
7 (木)	コッペパン コロッケ マカロニサラダ スープ 果物	・コッペパン ・じゃがいも 豚肉 玉葱 塩 小麦粉 パン粉 油 ソース ・きゅうり キャベツ 人参 マカロニ 塩 マヨネーズ ・昆布鰹節 塩 しょうゆ 小松菜 カリフラワー	牛乳 塩ラーメン	牛乳 中華麺 豚肉 油 玉葱 キャベツ 人参 鰹節 しょうゆ 塩 酒 みりん ごま油	15 (金)	オムライス ブロッコリー ミニトマト スープ 果物	・米 鶏肉 玉葱 人参 油 ピーマン 塩 ケチャップ 卵 牛乳 三温糖 ・ブロッコリー 塩 ・ミニトマト ・昆布鰹節 塩 しょうゆ 玉葱 しめじ キャベツ ベーコン	牛乳 クッキー	牛乳 小麦粉 三温糖 バター 牛乳
8 ・ 29 (金)	わかめごはん ピーマンの肉詰め 白和え 豚汁 果物	・米 わかめごはんの素 ・ピーマン 玉葱 鶏肉 塩 片栗粉 油 ・ほうれん草 人参 豆腐 こんにやく ごま 三温糖 塩 しょうゆ ・昆布鰹節 味噌 豚肉 人参 大根 長葱 ごぼう 里芋 油揚げ	麦茶 芋けんぴ	麦茶 さつまいも 油 三温糖	30 (土)	塩おにぎり 鶏肉のカレー焼き ブロッコリーサラダ 清汁 果物	・米 塩 ・鶏肉 しょうゆ 三温糖 カレー粉 油 玉葱 ケチャップ ・ブロッコリー 人参 コーン缶 塩 ツナ缶 油 三温糖 酢 ・昆布鰹節 塩 しょうゆ 大根 ほうれん草	牛乳 クラッカー せんべい	牛乳 クラッカー せんべい
9 ・ 23 (土)	ごはん 鶏肉味噌炒め 煮豆 清汁 果物	・米 ・鶏肉 油 玉葱 チンゲン菜 味噌 しょうゆ 酒 三温糖 ・金時豆 三温糖 塩 ・昆布鰹節 塩 しょうゆ もやし 人参	牛乳 クッキー せんべい	牛乳 クッキー せんべい	1 (金) 誕生会	ひな祭り寿司 から揚げ 菜の花和え 清汁 果物	・米 昆布 酢 上白糖 塩 豚肉 しょうゆ 三温糖 コーン缶 人参 絹さや 海苔 ・鶏肉 しょうが みりん しょうゆ 酒 片栗粉 油 ・人参 キャベツ 菜の花 小松菜 塩 三温糖 しょうゆ 油 ・昆布鰹節 塩 人参 大根 三つ葉 しょうゆ 春雨	オレンジ ジュース ショートケーキ	オレンジジュース 小麦粉 上白糖 バター いちご 生クリーム 卵

※マヨネーズは卵を含まないマヨドレを使用しています。 ※ハム・ベーコン・ウインナーは乳・卵なしのものを使用しています。