2024年 3月 給食献立表

リージョン瀬野辺保育園

日	曜	昼　食	午前おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	午後おやつ
1	金	ひなまつりちらし寿司 鶏の照り焼き ブロッコリーのごま和え 菜の花のすまし汁　デザート	ビスケット	・たまご・えび・桜でんぶ ・鶏肉・豆腐・牛乳	・精白米・砂糖・油・ごま ・花麩・ひなあられ・薄力粉 ・片栗粉	・人参・しいたけ・スナップエンドウ ・ブロッコリー・菜の花・レモン果汁	牛乳 ひなあられ いちごジャム クッキー
2	土	炊きこみチャーハン ほうれん草の白和え 鶏肉と大根のスープ　デザート	セレクト	・豚肉・豆腐・鶏肉・牛乳	・精白米・油・こんにゃく ・砂糖・ごま	・長ねぎ・にんにく・ほうれん草 ・えのき・人参・大根・小松菜	牛乳 ビスコ
4	月	ご飯　豚肉となすの味噌炒め ポテトサラダ 白菜とかまぼこの清汁　デザート	おせんべい	・豚肉・ツナ缶・かまぼこ ・牛乳・きな粉	・精白米・油・砂糖 ・じゃが芋・マヨネーズ ・マカロニ	・なす・玉ねぎ・人参・ピーマン・白菜 ・わかめ・みかん缶	牛乳 マカロニきなこ
5	火	ご飯　ひじきの卵焼き さつま芋のリンゴ煮 もやしの味噌汁　デザート	ビスケット	・たまご・鶏肉・焼き竹輪 ・牛乳・油揚げ	・精白米・油・砂糖 ・さつま芋　・食パン　・バター	・玉ねぎ・ひじき・りんご・レモン果汁 ・もやし・小松菜・しめじ・桃缶	牛乳 シュガートースト
6	水	みそラーメン しゅうまい 青菜のごま和え　デザート	黒棒	・豚肉・豆腐・おから ・牛乳・ゼラチン ・油揚げ	・中華めん・ごま油・砂糖 ・しゅうまいの皮・片栗粉 ・ごま・ミレービスケット	・にら・もやし・キャベツ・コーン ・玉ねぎ・ねぎ・生姜・ほうれん草 ・人参・えのき・バナナ	牛乳 こぎつねおにぎり
7	木	ご飯　魚の竜田揚げ 大豆の五目サラダ かぶとキャベツの味噌汁　デザート	おせんべい	・鮭・大豆水煮缶詰 ・ツナ缶・生揚げ・牛乳	・精白米・片栗粉・油 ・マヨネーズ ・コーンフレーク	・生姜・人参・ひじき・さやいんげん ・キャベツ・かぶ・かぶの葉・りんご ・みかん缶・もも缶・パイン缶	牛乳 おやつパフェ
8	金	ロールパン　豆腐の煮込みハンバーグ コーンとブロッコリーのサラダ 白菜のスープ　デザート	ビスケット	・豆腐・豚肉・鶏肉・牛乳 ・ツナ缶・ベーコン・たまご ・クリーム	・ロールパン・パン粉・砂糖 ・油・ホットケーキミックス	・玉ねぎ・トマト缶・ブロッコリー ・コーン・人参・キャベツ・わかめ ・いよかん・ぶどう	牛乳 誕生日カップ ケーキ
9	土	ドライカレー かぼちゃのヨーグルト和え コンソメスープ　デザート	セレクト	・豚肉・ヨーグルト・鶏肉 ・牛乳	・精白米・砂糖・じゃが芋 ・食パン	・玉ねぎ・にんにく・生姜・なす ・南瓜・レーズン・キャベツ	牛乳 ジャムサンド
11	月	ご飯　スパニッシュオムレツ きゅうりのフレンチサラダ キャベツと人参のスープ　デザート	おせんべい	・ベーコン・チーズ・たまご ・ツナ缶・牛乳・豆腐 ・豆乳	・精白米・じゃが芋・砂糖 ・油・ホットケーキミックス	・玉ねぎ・ほうれん草・胡瓜 ・人参・キャベツ・りんご	牛乳 お豆腐ブラウニー
12	火	ご飯　鮭の菜種焼き キャベツの梅おかか和え じゃが芋と油揚げの味噌汁　デザート	ビスケット	・さけ・たまご・クリーム ・かまぼこ・かつお節 ・油揚げ・牛乳・チーズ	・精白米・マヨネーズ ・じゃが芋・砂糖 ・コッペパン	・キャベツ・梅干し・玉ねぎ ・わかめ・オレンジ	牛乳 パニーニ
13	水	ロールパン　カップグラタン チキンナゲット　グリーンサラダ キャベツのスープ デザート	かりんとう	・ウインナーソーセージ ・豆乳・粉チーズ・鶏挽肉 ・ゼラチン・牛乳	・ロールパン・マカロニ ・薄力粉・マーガリン・パン粉 ・油・砂糖・さつま芋	・玉ねぎ・レタス・トマト・胡瓜・水菜 ・レーズン・キャベツ・人参・えのき ・ぶどうジュース	牛乳 さつま芋おにぎり
14	木	ご飯　鶏肉のクリーム煮 マカロニサラダ ミネストローネ　デザート	おせんべい	・鶏肉・牛乳・ツナ缶 ・ベーコン・ゼラチン	・精白米・バター・薄力粉 ・マカロニ・マヨネーズ ・じゃが芋・砂糖	・しめじ・玉ねぎ・胡瓜・キャベツ・人参 ・ズッキーニ・トマト缶・オレンジ ・白桃缶	牛乳 カルピスゼリー
15	金	ご飯　チンジャオロース 南瓜の煮付け 中華風豆腐のスープ　デザート	ビスケット	・豚肉・豆腐・牛乳	・精白米・油・片栗粉 ・ごま油・砂糖 ・ごま	・ピーマン・竹の子・玉ねぎ・人参 ・南瓜・椎茸・青梗菜・長ねぎ・バナナ ・昆布	牛乳 蒸しパン
16	土	五目焼きそば さつまいものきんぴら 生揚げとチンゲン菜の中華風スープ デザート	セレクト	・豚肉・生揚げ・牛乳	・中華めん・ごま油 ・さつま芋・砂糖・油・ごま ・源氏パイ	・人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし ・ピーマン・青梗菜	牛乳 源氏パイ
18	月	カレーライス キャベツとハムのコールスロー デザート	おせんべい	・豚肉・脱脂粉乳 ・ロースハム・ヨーグルト ・牛乳	・精白米・油・じゃが芋 ・マヨネーズ・砂糖 ・ホットケーキミックス	・にんにく・生姜・玉ねぎ・人参・胡瓜 ・キャベツ・みかん缶・パイン缶 ・白桃缶	牛乳 ココア蒸しパン
19	火	ご飯　麻婆豆腐 胡瓜とキャベツの塩昆布和え 卵と野菜のスープ　デザート	オレンジゼリー	・豆腐・豚挽肉・たまご ・牛乳・きな粉	・精白米・片栗粉・ごま油 ・砂糖・もち米	・にんにく・生姜・人参・玉ねぎ・長ねぎ ・にら・胡瓜・キャベツ・塩昆布 ・もやし・青梗菜・オレンジ	牛乳 きな粉おはぎ
20	水	春分の日					
21	木	ご飯　枝豆とチーズのたまご焼き ひじきの炒め煮 小松菜としめじの味噌汁　デザート	おせんべい	・チーズ・脱脂粉乳・たまご ・牛乳・油揚げ	・精白米・油・薄力粉・砂糖 ・バター	・枝豆・玉ねぎ・ひじき・人参 ・グリーンピース・小松菜・しめじ ・長ねぎ・りんご・レモン	牛乳 レモンの パウンドケーキ
22	金	味噌うどん 魚の磯辺焼き 切干大根のサラダ　デザート	ビスケット	・鶏肉・油揚げ ・パンガシウス・ロースハム ・牛乳・ゼラチン・たまご	・うどん・薄力粉 ・ごま・ごま油・油 ・砂糖・食パン	・大根・長ねぎ・人参・生姜・青のり ・切干大根・胡瓜	牛乳 パンプティング
23	土	豚肉と野菜のあんかけ丼 キャベツの梅肉和え かぶと油揚げの味噌汁 デザート	セレクト	・豚肉・かつお節・油揚げ ・牛乳・鮭フレーク	・精白米・ごま油・砂糖 ・片栗粉・ごま	・もやし・しめじ・人参・小松菜 ・キャベツ・梅干し・かぶ・かぶの葉	牛乳 鮭おにぎり
25	月	ご飯　鶏肉のおろし煮 さつまいもとツナのサラダ 小松菜の味噌汁　デザート	おせんべい	・鶏肉・ツナ缶・牛乳	・精白米・押麦・油・砂糖 ・片栗粉・さつま芋・じゃが芋 ・マヨネーズ ・ホットケーキミックス	・しめじ・玉ねぎ・大根・胡瓜・小松菜 ・もやし・人参・しいたけ・りんご	牛乳 マーマレード 蒸しパン
26	火	三食丼 胡瓜ともやしのごまサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 デザート	ビスケット	・鶏肉・鶏挽肉・ゼラチン ・牛乳・豆乳・豆腐 ・ウインナーソーセージ	・精白米・片栗粉・ごま油 ・ごま・砂糖 ・ホットケーキミックス ・油	・玉ねぎ・ほうれん草 ・胡瓜・人参・もやし・生姜・長ねぎ ・青梗菜・オレンジ・りんごジュース	牛乳 アメリカンドッグ
27	水	たまごサンド　鶏肉のﾊﾟｰﾍﾟｷｭｰｿｰｽ焼き ほうれん草のサラダ コーンクリームスープ　デザート	ウエハース	・たまご・鶏肉・牛乳 ・しらす干し	・ロールパン・マヨネーズ ・油・砂糖・じゃが芋 ・薄力粉・精白米・ごま	・胡瓜・玉ねぎ・にんにく ・ほうれん草・人参・えのき・レモン果汁 ・コーン・バナナ	牛乳 昆布としらすの おにぎり
28	木	ご飯　ニラ玉炒め ブロッコリーとかにかまのサラダ 玉ねぎのスープ　デザート	おせんべい	・豚肉・たまご・かにかま ・豆腐・牛乳・鶏挽肉 ・チーズ	・精白米・油・砂糖 ・マヨネーズ・ごま油 ・じゃが芋・ぎょうざの皮	・もやし・人参・にら・ブロッコリー ・玉ねぎ・小松菜・わかめ・みかん缶 ・白桃缶・パイン缶	牛乳 カレー揚げ餃子
29	金	ご飯　ししゃもの南蛮漬け 青菜と鶏肉の味噌和え かきたま汁　デザート	ビスケット	・鶏肉 ・たまご・ゼラチン・牛乳	・精白米・薄力粉・砂糖 ・ごま・片栗粉・バター ・ホットケーキミックス	・玉ねぎ・人参・ピーマン・小松菜 ・もやし・水菜・舞茸・ぶどうジュース ・南瓜	牛乳 かぼちゃマフィン
30	土	スパゲティナポリタン キャベツのツナサラダ お芋のポタージュ デザート	セレクト	・豚肉・ツナ缶・牛乳 ・かつお節	・スパゲティ・油・バター ・砂糖・じゃが芋・精白米	・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ ・マッシュルーム水煮缶 ・キャベツ・人参・胡瓜	牛乳 茶飯おにぎり

※　食材の調達状況により、メニュー変更になる場合があります