

令和2年

3月 給食献立表

枚田みのり保育園

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
2	月	親子丼 切干大根のサラダ すまし汁(えのき・わかめ)	牛乳 りんご 小魚	鶏もも・鶏卵・まぐろ油漬缶詰・木綿豆腐・普通牛乳・田作り	精白米・マヨネーズ・いりごま	たまねぎ・にんじん・糸みつば・切干しだいこん・コーン・きゅうり・えのきたけ・カットわかめ・りんご
3	火	ご飯 カレーのあんかけ ひじき煮★ すまし汁(切干大根・小松菜)	牛乳 ひなあられ	まがれい・焼き竹輪・大豆・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・ひなあられ(関西風)	にんじん・たまねぎ・糸みつば・乾ひじき・さやいんげん・切干しだいこん・こまつな
4	水	ご飯 カレーうどん★ 厚揚げと小松菜のそぼろ煮 健康ふりかけ	牛乳 プレーンラスク	牛もも・削り節・生揚げ・ぶたひき肉・牛ひき肉・きな粉・普通牛乳	精白米・ゆでうどん・いりごま・ロールパン・有塩バター	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ・青ねぎ・こまつな・あおのり・オレンジ
5	木	ご飯 魚の照りマヨ焼き かぼちゃの天ぷら みそ汁(白菜)	牛乳 りんごヨーグルトケーキ	さば・木綿豆腐・普通牛乳・プレーンヨーグルト	精白米・マヨネーズ・天ぷら粉・ホットケーキミックス	かぼちゃ・はくさい・にんじん・たまねぎ・だいこん・青ねぎ・りんご
6	金	ご飯 マカロニグラタン★ 小松菜と切干大根のごま和え コンソメスープ	牛乳 フルーツゼリー	鶏もも・プロセスチーズ・普通牛乳・豆乳	精白米・マカロニ・スパゲティ・いりごま・小麦粉・バター・パン粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・切干しだいこん・こまつな・キャベツ・ぶなしめじ・寒天・りんごジュース・みかん缶詰
7	土	牛丼 小松菜のなめ茸和え みそ汁(豆腐)	牛乳 クラッカー	牛もも・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・スナッククラッカー	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・小松菜・緑豆もやし・えのき茸
9	月	ご飯 魚のカレー焼き さつまいもサラダ けんちん汁	牛乳 どらやき	ホキ・ロースハム・木綿豆腐・普通牛乳・つぶあん	精白米・小麦粉・さつまいも・マヨネーズ・さといも・ホットケーキミックス	きゅうり・にんじん・だいこん・ごぼう・はくさい・ねぎ
10	火	ご飯 ちぐさやき★ 大根の煮物 豚汁 健康ふりかけ	牛乳 りんご ココアスナック	鶏卵・鶏ひき肉・生揚げ・焼き竹輪・ぶたもも・普通牛乳	精白米・生いも板こんにゃく・いりごま・車ふ	にんじん・たまねぎ・青ねぎ・えのきたけ・だいこん・ごぼう・あおのり・りんご・乾ひじき・はくさい
11	水	ご飯 すき焼風煮 ブロッコリーのごま和え みそ汁(きのこ)	牛乳 ピザトースト	牛かた・木綿豆腐・普通牛乳・まぐろ水煮缶詰・プロセスチーズ	精白米・しらたき・ごま・食パン・マヨネーズ	えのきたけ・はくさい・ごぼう・ブロッコリー・キャベツ・ぶなしめじ・青ねぎ・にんじん・たまねぎ・トマトケチャップ・コーン
12	木	ご飯 ハンバーグ★ ベイクドじゃが コンソメスープ	牛乳 バナナ★ きなこマカロニ	牛ひき肉・ぶたひき肉・普通牛乳・きな粉	精白米・じゃがいも・マカロニ・スパゲティ	たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・キャベツ・ぶなしめじ・バナナ
13	金	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草と卵の炒め物 春野菜のスープ	牛乳 大学いも	さけ・鶏卵・普通牛乳	精白米・マヨネーズ・じゃがいも・さつまいも・いりごま	にんじん・たまねぎ・ほうれん草・キャベツ
14	土	ご飯 豚肉と厚揚げの炒め物 ゆかりの和えもの みそ汁(きのこ)	牛乳 バナナケーキ	生揚げ・ぶたかた・普通牛乳	精白米・ホットケーキミックス	青ピーマン・たまねぎ・にんじん・キャベツ・りよくとうもろやし・えのきたけ・ぶなしめじ・青ねぎ・バナナ
16	月	ご飯 ホキのから揚げ きゃべつとえのきの酢の物 わかめスープ	お茶 フルーツヨーグルト	ホキ・木綿豆腐・普通牛乳・プレーンヨーグルト	精白米・なたね油	しょうが・キャベツ・緑豆もやし・えのき茸・乾わかめ・人参・たまねぎ・切干し大根・バナナ・パイナップル缶詰・みかん缶詰

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
17	火	わかめごはん★ 高野豆腐の卵とじ キャベツのごまマヨ和え 豚汁	牛乳 オレンジ ポップコーン	凍り豆腐・鶏卵・ぶたもも・普通牛乳	精白米・マヨネーズ・ごま・生いも板こんにゃく・ポップコーン・なたね油	カットわかめ・さやいんげん・にんじん・キャベツ・だいずもやし・たまねぎ・ごぼう・青ねぎ・だいこん・はくさい・オレンジ
18	水	ロールパン★ クリームシチュー★ 卵サラダ★ バナナ	牛乳 塩こぶおにぎり	普通牛乳・鶏もも・鶏卵	ロールパン・じゃがいも・マヨネーズ・精白米	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・キャベツ・バナナ・塩昆布
19	木	ご飯 魚のオーロラ焼き ちくわと野菜のソテー すまし汁(切干大根)	牛乳 フライドポテト★	ホキ・焼き竹輪・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・マヨネーズ・じゃがいも	トマトケチャップ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・こまつな・切干しだいこん・青ねぎ
21	土	ツナ入り炊き込みご飯 肉じゃが みそ汁(豆腐)	牛乳 せんべい	まぐろ油漬缶詰・牛かた(赤肉)・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・じゃがいも・サラダせんべい	にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ・青ねぎ
23	月	ご飯 魚のパン粉焼き かぼちゃのオープン焼き★ 野菜のミルクスープ★	牛乳 ジャムサンド	ホキ・プロセスチーズ・普通牛乳	精白米・パン粉・じゃがいも・食パン	かぼちゃ・にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ・ブロッコリー・いちごジャム
24	火	ご飯 鶏肉のから揚げ★ ほうれん草ともやしのナムル★ 根菜スープ	牛乳 焼きりんごゼリー	若鶏もも・普通牛乳	精白米・片栗粉・しらたき・いりごま・ごま油・さといも	ほうれん草・りよくとうもろやし・だいこん・ごぼう・たまねぎ・にんじん・りんご・りんごジュース・寒天
25	水	ご飯 お豆腐ナゲット ひじきサラダ みそ汁(かぼちゃ)	ヤクルト バナナ チーズ	鶏ひき肉・木綿豆腐・乳酸菌飲料・プロセスチーズ	精白米・マヨネーズ	にんじん・きゅうり・乾ひじき・かぼちゃ・たまねぎ・青ねぎ・バナナ
26	木	ご飯 鯖のごま焼き おからの炒り煮 みそ汁(白菜) 納豆★	牛乳 ロールケーキ	さば・おから・木綿豆腐・納豆・普通牛乳・鶏卵・生クリーム	精白米・ごま・こんにゃく・さといも・薄力粉	にんじん・ごぼう・青ねぎ・はくさい・たまねぎ・いちご・だいこん
27	金	大豆入りカレー★ ブロッコリー入りツナサラダ★ ゆで卵★ 福神漬	牛乳 豆乳プリン★	大豆・牛かた・まぐろ油漬缶詰・鶏卵・普通牛乳・豆乳	精白米・じゃがいも・マヨネーズ	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・キャベツ・福神漬・寒天
30	月	ご飯 カレーの煮つけ 五目きんぴら かきたま汁	牛乳 お野菜ポッキー	まがれい・木綿豆腐・鶏卵・普通牛乳	精白米・ごま・薄力粉・有塩バター	しょうが・にんじん・ごぼう・たけのこ・だいこん・さやいんげん・たまねぎ・青ねぎ
31	火	ゆかりごはん★ わかめラーメン★ ひき肉と豆のトマト煮込み バナナ	牛乳 きなこクッキー	大豆・牛ひき肉・ぶたひき肉・普通牛乳・きな粉	精白米・中華めん・じゃがいも・薄力粉・無塩バター	カットわかめ・コーン・にんじん・たまねぎ・トマトホール缶詰・トマトケチャップ・バナナ

卒園・進級を控えた子どもたちは、春に比べて食べれる量も増え、苦手な食材もたくさん食べれるようになりました。1年間で身長や体重もずいぶん大きくなったと思います。これからも好き嫌いをせずたくさん食べて大きくなってくださいね。



リクエスト給食
3月は子どもたちからリクエストを受けて、メニューを決定しました。今までの給食で思い出に残っているもの、また食べたいと思うものを聞き取りました。リクエスト給食には★マークをつけています。お楽しみに。

3月3日は「桃の節句・ひな祭り」です。女の子の健やかな成長と幸せを願う行事で、雛人形を飾り、ひしもち・ひなあられなどを供え、健やかな成長をお祝いする行事です。園でも3日はおやつにひなあられを食べます。

