

令和3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
1月	ご飯 魚のオーロラ焼き ちくわと野菜のソテー 白菜ののりスープ	牛乳 プレーンラスク	たら・焼き竹輪・ベーコン・普通牛乳	精白米・マヨネーズ・片栗粉・ロールパン・有塩バター	トマトケチャップ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・こまつな・はくさい
2火	★黄子丼 切り干し大根のサラダ すまし汁(えのき・わかめ) バナナ	牛乳 ★フルーツパフェ	鶏もも・鶏卵・まぐろ油漬 牛蒡・木綿豆腐・普通牛乳・ホイップクリーム	精白米・マヨネーズ・ホットケーキミックス・玄米粉	たまねぎ・にんじん・さみつば・切干しだいこん・コーン缶詰粒・きゅうり・えのきたけ・塩わかめ・バナナ・みかん缶詰・パインアップル缶詰
3水	ちらしずし 鶏肉のあんかけ すまし汁(豆腐) みかん	牛乳 ひなあられ	鶏卵・でんぶ・鶏もも・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・砂糖・片栗粉・ひなあられ(関西風)	ごんじん・乾しいたけ・れんこん・ゆであだめ・焼きのり・たまねぎ・青ピーマン・青ねぎ・みかん
4木	ご飯 魚の照りマヨ焼き ★かぼちゃの天ぷら みそ汁(白菜・油揚げ)	牛乳 りんごヨーグルトケーキ	さば・木綿豆腐・油揚げ・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・なたね油・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・青ねぎ・りんご
5金	チキンライス スパゲッティ・サラダ ★肉団子 ★コンソメスープ	牛乳 フルーツゼリー	鶏もも・牛ひき肉・ぶたひき肉・普通牛乳	精白米・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・じゃがいも・片栗粉	たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・さやいんげん・コーン缶詰粒・きゅうり・キャベツ・生しいたけ・寒天・りんご
6土	ご飯 魚の塩こうじ焼き 小松菜とちくわの和え物 みそ汁	牛乳 バナナ せんべい	さば・焼き竹輪・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・サラダせんべい	ごんじん・キャベツ・にんじん・たまねぎ・青ねぎ・バナナ
8月	ご飯 魚のカレー焼き ほうれんそうのお浸し けんちん汁 オレンジ	牛乳 どらやき	さば・木綿豆腐・普通牛乳・こしあん	精白米・薄力粉・さといも・ホットケーキミックス	ほうれんそう・にんじん・りよくとうもろやし・だいこん・ごぼう・はくさい・青ねぎ・オレンジ
9火	ご飯 ちくさやき 野菜サラダ 中華スープ 健康ふりかけ	牛乳 りんご ココアスナック	鶏卵・鶏ひき肉・木綿豆腐・ベーコン・削り節・普通牛乳	精白米・マヨネーズ・いりごま・車ふ	にんじん・たまねぎ・青ねぎ・えのきたけ・乾ひじき・ブロッコリー・コーン缶詰粒・キャベツ・はくさい・あおのり・りんご
10水	ご飯 ★ハンバーグ ベイクドじゃが かきたま汁	牛乳 ★きなこ団子	牛ひき肉・ぶたひき肉・木綿豆腐・鶏卵・普通牛乳	精白米・じゃがいも・白玉粉・砂糖	たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・青ねぎ・パセリ
11木	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・ごま・砂糖	ごんじん・たまねぎ・ほうれんそう・キャベツ
12金	★半丼 ブロッコリーのゴマ和え みそ汁(きのこ)	牛乳 ★ビザトースト	牛かたロース(赤肉)・普通牛乳・まぐろ油漬缶詰・プロセスチーズ	精白米・いりごま・食パン・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ブロッコリー・りよくとうもろやし・えのきたけ・ぶなしめじ・ホトトギス・コーン缶詰粒
13土	中華丼 さつまいもの甘煮 わかめスープ	牛乳 りんご クラッカー	ぶたかた(赤肉)・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・さつまいも・スナッククラッカー	たまねぎ・にんじん・たけのこ・さやえんどう・生しいたけ・塩わかめ・りんご
15月	★ロールパン カレースープ 鶏肉のごまヨサラダ バナナ	牛乳 ★塩こぼおにぎり	若鶏むね・普通牛乳	ロールパン・じゃがいも・いりごま・マヨネーズ・精白米	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・キャベツ・ブロッコリー・コーン缶詰粒・バナナ・塩昆布
16火	ご飯 豆腐ハンバーグ ★肉じゃが みそ汁	牛乳 りんご 小魚	木綿豆腐・鶏ひき肉・牛かた(赤肉)・普通牛乳・煮干し	精白米・片栗粉・じゃがいも・さといも	にんじん・たまねぎ・乾ひじき・さやいんげん・青ねぎ・塩わかめ・りんご
17水	ご飯 鶏肉の照焼き ひじき煮 すまし汁(切干大根・小松菜)	牛乳 ★フライドポテト	若鶏もも・焼き竹輪・煮し大豆・木綿豆腐・普通牛乳	精白米・じゃがいも	乾ひじき・にんじん・さやいんげん・切干しだいこん・こまつな・たまねぎ
18木	★わかめごぼん 高野の卵とじ 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・ぶたかたロース(赤肉)・普通牛乳	精白米・いりごま・マヨネーズ・生いも板こんにやく・ポップコーン	カットわかめ・たまねぎ・にんじん・キャベツ・りよくとうもろやし・ごぼう・青ねぎ・だいこん・はくさい・オレンジ
19金	ご飯 ★ホキのから揚げ 酢の物 わかめスープ	お茶 ★カルピスヨーグルト	ホキ・木綿豆腐・普通牛乳・乳酸菌飲料	精白米・なたね油・片栗粉	キャベツ・りよくとうもろやし・えのきたけ・にんじん・塩わかめ・たまねぎ・みかん缶詰・パインアップル缶詰
22月	ご飯 赤魚のハーブ焼き ほうれん草とやしのナムル 野菜のミルクスープ バナナ	牛乳 ★ホットドック	すずき・普通牛乳・ウインナーソーセージ	精白米・しらたき・いりごま・ごま油・じゃがいも・ロールパン	ほうれんそう・にんじん・りよくとうもろやし・たまねぎ・ぶなしめじ・ブロッコリー・バナナ・キャベツ・トマトケチャップ

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
23火	ご飯 ★鶏肉のから揚げ きゅうりと卵の酢の物 根菜のスープ	牛乳 焼きりんごゼリー	若鶏もも・鶏卵・普通牛乳	精白米・片栗粉・いりごま・さといも	きゅうり・キャベツ・にんじん・だいこん・ごぼう・たまねぎ・青ねぎ・りんご・りんごジュース・粉寒天
24水	ご飯 お豆腐ナゲット ひじきサラダ みそ汁(大根)	ヤクルト ★ロールケーキ	鶏ひき肉・木綿豆腐・油揚げ・乳酸菌飲料・鶏卵・生クリーム	精白米・マヨネーズ・片栗粉・薄力粉	にんじん・きゅうり・乾ひじき・コーン缶詰粒・はくさい・たまねぎ・塩わかめ・切干しだいこん・いちご
25木	ご飯(納豆) 鯖のごま焼き おから炒り煮 みそ汁(かぼちゃ)	牛乳 チーズ オレンジ	さば・おから・納豆・普通牛乳・プロセスチーズ	精白米・ごま・生いも板こんにやく・さといも	にんじん・ごぼう・だいこん・青ねぎ・かぼちゃ・たまねぎ・オレンジ
26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	蒸し大豆・牛かたロース(赤肉)・まぐろ油漬缶詰・鶏卵・普通牛乳・豆乳	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・粉寒天
27土	ツナ入り炊き込みご飯 豚のしょうが煮 みそ汁	牛乳 りんごケーキ	まぐろ油漬缶詰・ぶたかたロース(赤肉)・木綿豆腐・煮通し乳	精白米・ホットケーキミックス	ひじき・にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ・しょうが・青ねぎ
29月	ゆかりごぼん ★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	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・有塩バター	カットわかめ・コーン缶詰粒・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
30火	ご飯 カレーの煮つけ ★五目きんぴら かきたま汁 健康ふりかけ	牛乳 お野菜ポッキー	まがれい・木綿豆腐・鶏卵・削り節・普通牛乳	精白米・生いも板こんにやく・いりごま・ごま油・片栗粉・薄力粉・有塩バター	しょうが・にんじん・さやいんげん・ごぼう・たけのこ水煮缶詰・だいこん・たまねぎ・青ねぎ・あおさ
31水	ご飯 ぎせいどうふ ★かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	牛乳 するめ オレンジ	木綿豆腐・鶏卵・ぶたひき肉・油揚げ・普通牛乳・焼きするめいか	精白米	にんじん・たまねぎ・乾ひじき・生しいたけ・青ねぎ・かぼちゃ・さやいんげん・オレンジ

卒園・進級を控えた子どもたちは、春に比べて、食べられる量も増え、苦手な食材もたくさん食べられるようになりました。
この1年を通して、園でも旬の食材を取り入れてきました。春は、アスパラや春キャベツ、夏はなすやピーマン、秋はさんまにさつまいも、冬は白菜に大根。園で収穫したものもありました。



★リクエスト給食★

3月は卒園する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、ひな人形を飾り、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日はちらし寿司を食べてお祝いします。

