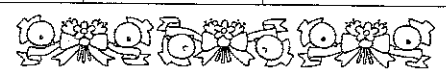


3 月 献 立 表

明 照 保 育 園

| 日 曜 | 献 立 名 | 材 料 名 | | | お や つ | |
|------|---|---|---------------------------------|---|-------------------|------------------|
| | | 熱と力になるもの | 血や肉になるもの | 体の調子を整えるもの | 午 前 | 午 後 |
| 1 火 | トマトソースハンバーグ 野菜スープ ミルクロール | ミルクロール パン粉(乾燥) かたくり粉 油 じゃがいも マヨネーズ | 豚ひき肉 豆腐 卵 | たまねぎ ブロッコリー にんじん キャベツ しめじ パセリ | 牛 乳 クラッカー | 野菜果汁 ★抹茶ケーキ |
| 2 水 | ビビンバ わかめスープ チーズ ごはん | 米 油 さとう ごま油 白ごま | 豚ひき肉 豆腐 生わかめ チーズ | しょうが にんにく 根菜ねぎ ほうれんそう にんじん もやし えのきたけ たまねぎ コーン缶 | オレンジジュース ウエハース | 牛 乳 ひなあられ |
| 3 木 | 菜の花のちらしずし 白身魚の天ぷら 潮汁 ごはん | 米 さとう 油 白ごま 小麦粉 | 油揚げ 卵 刻みのり 白身魚 あさり(微付) | かんぴょう(粉) にんじん たけのこ缶 干し椎茸 なばな キャベツ みつば | 牛 乳 クッキー | お 茶 いがまんじゅう |
| 4 金 | チキンサンド かき玉スープ 味付け煮干 食パン | 食パン さとう かたくり粉 | 鶏もも肉 豆腐 卵 味付け煮干 | キャベツ にんじん えのきたけ | 牛 乳 のり巻きせんべい | お 茶 ★チーズリゾット |
| 5 土 | 【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります | | | | 牛 乳 ビスケット | |
| 7 月 | 豆腐の中華煮 ぼんさんすう クロロール | クロロール 油 かたくり粉 ごま油 はるさめ(乾) さとう | 豆腐 豚もも肉 ロースハム | にんにく しょうが はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ缶 干し椎茸 もやし みかん缶 きゅうり | 牛 乳 塩せんべい | 牛 乳 ★きなこおはぎ |
| 8 火 | 煮魚 みそ汁 一口ゼリー ごはん | さとう 板こんにゃく 一口ゼリー | さかな 油あげ 削り節 | しょうが はくさい にんじん 葉ねぎ | 牛 乳 おかき | お 茶 ★フレークバー |
| 9 水 | 肉ポテトのカレー揚げ コンソメスープ バターロール | バターロール パン粉(乾燥) かたくり粉 じゃがいも 油 | 豚ひき肉 豆腐 卵 ウィンナー | たまねぎ もやし にんじん キャベツ グリンピース(冷凍) | 牛 乳 かりんとう | 豆 乳 ビスケット |
| 10 木 | 【月組：竹島遠足】 うの花炒り 合わせみそ汁 ごはん | 米 油 さとう | むきえび ちくわ うの花 油揚げ 削り節 生わかめ | にんじん 干し椎茸 葉ねぎ たまねぎ だいこん | 牛 乳 ごませんべい | お 茶 ★みたらし団子 |
| 11 金 | ポトフ いり卵 ロールパン | ロールパン じゃがいも 白ごま 油 | ウィンナー ツナ缶 卵 | にんじん たまねぎ キャベツ パセリ しめじ ほうれんそう コーン缶 | 牛 乳 ビスケット | ヨーグルト 塩せんべい |
| 12 土 | 【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります | | | | 牛 乳 塩せんべい | |
| 14 月 | カレーライス ハムサラダ 麦ごはん | 米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも 小麦粉 バター | 豚もも肉 スキムミルク ロースハム | にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ パセリ | 牛 乳 あられ | 発酵乳 ウエハース |
| 15 火 | あんかけうどん もやしあえ ごはん | 米 干しうどん(乾) かたくり粉 さとう すりごま(白) ごま油 | 鶏胸肉 削り節 ツナ缶 | にんじん はくさい たけのこ缶 しめじ 根菜ねぎ もやし きゅうり | 牛 乳 おかき | お 茶 ★プリンアラモード |
| 16 水 | ビビンバ わかめスープ チーズ ごはん | 米 油 さとう ごま油 白ごま | 豚ひき肉 豆腐 生わかめ チーズ | しょうが にんにく 根菜ねぎ ほうれんそう にんじん もやし えのきたけ たまねぎ コーン缶 | オレンジジュース ウエハース | 牛 乳 ★ココアケーキ |
| 17 木 | 【月組：三世代パーティ】 ホワイトシチュー ごまネーズあえ レーズンロール | レーズンロール バター 小麦粉 じゃがいも 油 すりごま(白) マヨネーズ | 鶏もも肉 牛乳 ちくわ | たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) しめじ キャベツ コーン缶 ほうれんそう | 牛 乳 パイ菓子 | オレンジジュース クッキー |
| 18 金 | チキンサンド かき玉スープ 味付け煮干 食パン | 食パン さとう マーガリン かたくり粉 | 鶏もも肉 豆腐 卵 味付け煮干 | キャベツ にんじん えのきたけ | 牛 乳 のり巻きせんべい | お 茶 ★チーズリゾット |
| 19 土 | 【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります | | | | 牛 乳 ビスケット | |
| 22 火 | 煮魚 みそ汁 一口ゼリー ごはん | さとう 板こんにゃく 一口ゼリー | さかな 油あげ 削り節 | しょうが はくさい にんじん 葉ねぎ | 牛 乳 ボンせんべい | お 茶 ★フレークバー |
| 23 水 | 【誕生会】吹き寄せご飯 鶏のから揚げ すまし汁 ごはん | 米 糸こんにゃく かたくり粉 油 卵 | 油揚げ 削り節 鶏もも肉 | にんじん さやえんどう 干し椎茸 しょうが もやし たまねぎ しめじ みつば | 牛 乳 おかき | りんごジュース ケーキ |
| 24 木 | うの花炒り 合わせみそ汁 ごはん | 米 油 さとう | むきえび ちくわ うの花 油揚げ 削り節 生わかめ | にんじん 干し椎茸 葉ねぎ たまねぎ だいこん | 牛 乳 ごませんべい | お 茶 ★みたらし団子 |
| 25 金 | 豚肉の甘辛炒め 白みそ汁 ごはん | 米 油 さとう | 豚バラ肉 豆腐 油揚げ 生わかめ 煮干し | にんにく しょうが キャベツ たまねぎ しめじ にんじん 葉ねぎ | ヨーグルト | 牛 乳 塩せんべい |
| 26 土 | 【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります | | | | 牛 乳 ビスケット | |
| 28 月 | 【修了式】 カレーライス ハムサラダ 麦ごはん | 米 サラダ油 麦 さとう 油 白ごま じゃがいも 小麦粉 バター | 豚もも肉 スキムミルク ロースハム | にんにく しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) キャベツ パセリ | 牛 乳 あられ | 発酵乳 ★オレンジケーキ |
| 29 火 | ぞつえんしき(紅白もち) 花・星・雪・赤組 は前日にもらいます | | | | | |



食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
 今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食を食べます。
 おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

