

2020年

3月 給食献立表

3歳未満児・以上児

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる
2	月	米飯 蒸し魚のタルタルソース焼 コーンきんぴら ほうれん草のスープ	牛乳 数アスク 牛乳 ミニマカドック	普通牛乳・まだら・鶏卵・ウインナー	生ふ・有塩バター・黒砂糖・米 マヨネーズ・調合油・車糖 ホットケーキミックス	たまねぎ・パセリ・レモン・にんじん・大根 スイートコーン・ほうれんそう・にんじん
3	火	ちらし寿司 鶏肉から揚げ 菜の花和え すまし汁 いちご	牛乳 りんごかん 牛乳 いちごのムース	普通牛乳・でんぶ・鶏卵・鶏もも ホイップクリーム	米・車糖・調合油・薄力粉・かたくり粉 ごま・焼きふ	寒天・りんご飲料・乾しいたけ・かんぴょう にんじん・さやえんどう・和種なばな にんじん・大根・わかめ・いちご
4	水	米飯 鶏肉の昆布煮 里芋のポテトサラダ みそ汁(はくさい・いんげん)	牛乳 オレンジ 牛乳 にゅうめん	普通牛乳・鶏もも・淡色辛みそ・油揚げ	米・車糖・さといも・マヨネーズ・焼きふ そうめん・ひやむぎ	パレンシアオレンジ・しょうが・ま昆布 ブロッコリー・にんじん・えだまめ・はくさい にんじん・カットわかめ・根深ねぎ
5	木	米飯 マーボー豆腐 ユールスロー みそ汁	牛乳 スティックパン 牛乳 杏仁豆腐	普通牛乳・豚ロース・ 油揚げ・木綿豆腐・淡色辛みそ ゼラチン・加糖練乳	ロールパン・米・調合油	たまねぎ・しょうが・キャベツ・にんじん カットわかめ
6	金	米飯 魚のパン粉焼き かぶのクリーム煮 白菜のスープ	牛乳 リンゴ 牛乳 スコーン	普通牛乳・しいら・パルメザンチーズ 鶏むね	米・マーガリン・パン粉・有塩バター 薄力粉・車糖	りんご・パセリ・かぶ・たまねぎ・にんじん はくさい・にんじん・ぶなしめじ
7	土	カレーうどん もやしの炒め物 バナナ	麦茶 ビスケット 麦茶 わかめおにぎり	普通牛乳・豚もも・豚かた	ビスケット・うどん・かたくり粉・調合油 車糖・米	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ ブラックマッペもやし・にら・きくらげ・バナナ カットわかめ
9	月	米飯 豚の梅味噌焼き 春雨のソテー わかめと豆腐のスープ	牛乳 キャンディーチーズ 牛乳 マドレーヌ	普通牛乳・プロセスチーズ・豚もも 麦みそ・ロースハム・絹ごし豆腐・鶏卵	米・普通はるさめ・調合油・車糖 ごま油・薄力粉・無塩バター	たまねぎ・梅干し・根深ねぎ・キャベツ カットわかめ・にんじん・レモン
10	火	ごはんの塩焼き かみかみサラダ もやしのスープ	牛乳 バナナ 牛乳 大芋	普通牛乳・サケ・鶏卵・さきいか	米・薄力粉・調合油・マヨネーズ さつまいも・車糖・ごま	バナナ・きゅうり・にんじん・ごぼう ブラックマッペもやし・にんじん・にら
11	水	お弁当の日	牛乳 マシマロサンド 牛乳 ピザトースト	普通牛乳・ウインナー・プロセスチーズ	ビスケット・マシマロ・米・食パン	青ピーマン
12	木	炊き込みご飯 ハンバーグ ズンパゲティサラダ コンソメスープ バナナ	牛乳 きな粉マカロニ 牛乳 ロールケーキ	普通牛乳・きな粉・鶏むね・油揚げ 牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・ロースハム ホイップクリーム	マカロニ・スハゲッティ・車糖・米・パン粉 マカロニ・スハゲッティ・マヨネーズ・車糖 薄力粉・調合油	にんじん・ごぼう・えのきたけ・たまねぎ きゅうり・キャベツ・にんじん・バナナ・いちご
13	金	米飯 鶏肉のマーメレード焼き 野菜炒め みそ汁	牛乳 スティックパン 牛乳 フルーツポンチ	普通牛乳・鶏もも・豚もも・油揚げ 麦みそ・鶏卵	ロールパン・米・マーメレード・調合油 車糖・マーガリン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・青ピーマン ブラックマッペもやし・かぶ・ごまつな ネウイ・おがみん・イイン・リンゴ
14	土	ナポリタン 大根サラダ コンソメスープ オレンジ	麦茶 数アスク 麦茶 おにぎり	普通牛乳・ウインナー・ペーコン	生ふ・有塩バター・黒砂糖 マカロニ・スハゲッティ・調合油・マヨネーズ 米	たまねぎ・にんじん マッシュルーム水蒸し缶詰 青ピーマン スイートコーン・大根・きゅうり・ブロッコリー パレンシアオレンジ・しそ
16	月	米飯 魚のバターしょうゆ焼き 春キャベツの煮びたし すまし汁	牛乳 ビスケット 牛乳 シヤムサンド	普通牛乳・すけとうらだ・油揚げ 木綿豆腐	ビスケット・米・有塩バター・車糖 食パン・いちごジャム・マーガリン	キャベツ・にんじん・生しいたけ・わかめ
17	火	ゆかりごはん 鶏肉と根野菜五目煮 ほうれん草のごま和え みそ汁	牛乳 リンゴ 牛乳 フライドポテト	普通牛乳・鶏もも・木綿豆腐・麦みそ	米・さといも・車糖・調合油・ごま・車糖 焼きふ・じゃがいも	りんご・にんじん・ごぼう・大根・こねぎ ほうれんそう・にんじん・はくさい・たまねぎ カットわかめ
18	水	カレーライス 野菜サラダ わかめスープ	牛乳 ぶどうゼリー 牛乳 にんじんのパウンドケ	普通牛乳・豚ひき肉・鶏卵	米・調合油・じゃがいも・ごま・薄力粉 車糖	ぶどう飲料・寒天・たまねぎ・にんじん りんご・レタス・キャベツ・きゅうり・トマト カットわかめ・こねぎ・にんじん
19	木	ロールパン 鮭のムニエル さつまいもサラダ コーンスープ	麦茶 バナナヨーグルト 牛乳 炊き込みおにぎり	ヨーグルト・しろさけ・ロースハム 普通牛乳・鶏むね・油揚げ	車糖・ロールパン・薄力粉・有塩バター さつまいも・マヨネーズ・マーガリン・米	バナナ・きゅうり・スイートコーン・たまねぎ スイートコーン缶詰・にんじん・ごぼう えのきたけ
20	金	春分の日				
21	土	卒園式				
23	月	ごはん・チキンカツ ポテトサラダ コンソメスープ・いちご	牛乳 オレンジ 牛乳 フレンチトースト	普通牛乳・サケ・ロースハム 麦みそ	米・車糖・ 食パン	りんご・しょうが・きゅうり・スイートコーン缶詰 たまねぎ・はくさい・ぶなしめじ・こねぎ いちご
24	火	米飯 鶏肉バーベキューソース焼き 白菜の煮物 かきたま汁	牛乳 マシマロサンド 牛乳 カスタードプリン	普通牛乳・鶏もも・かつお節・鶏卵	ビスケット・マシマロ・米・車糖 かたくり粉	りんご・はくさい・ほうれんそう・にんじん たまねぎ・こねぎ
25	水	ごはん 魚の木の芽焼き もやしの中華和え すまし汁	牛乳 数アスク 牛乳 コーンパン	普通牛乳・さわら・淡色辛みそ たまご豆腐・鶏卵	生ふ・有塩バター・黒砂糖・米・車糖 ごま・ごま油・ホットケーキミックス マヨネーズ	しそ・ブラックマッペもやし・きゅうり・にんじん ごまつな・スイートコーン
26	木	炒り豆腐どんぶり キャベツのサラダ みそ汁 リンゴ	牛乳 オレンジかん 牛乳 焼きビーフン	普通牛乳・木綿豆腐・鶏ひき肉・鶏卵 プレスハム・麦みそ・豚ばら	米・調合油・車糖・マヨネーズ さつまいも・ビーフン・ごま油	オレンジ飲料・寒天・生しいたけ・にんじん にら・キャベツ・トマト・きゅうり・たまねぎ にんじん・こねぎ・りんご・きくらげ
27	金	米飯 ピーマンと鶏肉の甘酢炒め きんぴらごぼう すまし汁	牛乳 スティックパン 牛乳 さつまい芋	普通牛乳・鶏もも・鶏卵	ロールパン・米・調合油・車糖 かたくり粉・ごま油・ごま・さつまいも 薄力粉	青ピーマン・赤ピーマン・黄ピーマン たまねぎ・ごぼう・にんじん ブラックマッペもやし・大根
28	土	塩ラーメン はなっこりーのお浸し バナナ	麦茶 りんごかん 麦茶 シヤムサンド	ヨーグルト・焼き豚・普通牛乳・鶏卵	車糖・干し中華めん・ごま油	しそ・キャベツ・スイートコーン・和種なばな にんじん・はくさい・バナナ
30	月	米飯 変わりローストチキン かぼちゃサラダ みそ汁	麦茶 フルーツ 牛乳 サンドイッチ	ゼラチン・普通牛乳・鶏もも ロースハム・麦みそ	米・調合油・マヨネーズ・食パン 有塩バター	いちご・たまねぎ・しょうが・にんにく 西洋かぼちゃ・きゅうり・キャベツ カットわかめ
31	火	米飯 鮭のポテマヨチーズ焼き 切干大根の煮物 わかめと豆腐のスープ	牛乳 きな粉マカロニ 牛乳 バナナケーキ	普通牛乳・きな粉・しろさけ チーズブレッド・油揚げ・絹ごし豆腐 鶏卵	マカロニ・スハゲッティ・車糖・米・じゃがいも かたくり粉・マヨネーズ・調合油 薄力粉・マーガリン	たまねぎ・にんじん・こねぎ・にんじん 切干しいちご・乾しいたけ・カットわかめ バナナ