



3月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき出雲郷保育園

	献立名	材料名	朝おやつ (未満児のみ) 午後おやつ (未満児・以上児)
1 (金)	ごはん 鶏じゃが ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・じゃがいも・人参・玉葱・しらたき・酒・みりん・塩・油 白菜・きゅうり・切干大根・醤油・砂糖・すりごま しめじ・玉葱・油揚げ・葱・ごま油・味噌 オレンジ	プルーン ボーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖)
2 (土)	野菜あんかけ丼 味噌汁 みかん	米・豚肉・青梗菜・もやし・玉葱・たけのこ・しめじ・人参・砂糖・みりん・醤油・酒・油 大根・人参・キャベツ・味噌 みかん	ごまポッキー おやつ
4 (月)	ごはん 和風ハンバーグ ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 豚挽肉・玉葱・人参・卵・パン粉・塩・大根・しそ・醤油・砂糖・みりん・酢 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 麩・人参・もやし・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット メロンパントースト (食パン・グラニュー糖・無塩バター・ホットケーキ粉・牛乳)
5 (火)	 ★誕生会 ちらし寿司 かれいのしそ焼き ツナ和え 味噌汁 いちご	米・砂糖・塩・酢・えび・れんこん・干し椎茸・砂糖・みりん・薄口醤油・さやえんどう・卵・砂糖 かれい・しそ・醤油・酒・みりん・砂糖 菜の花・キャベツ・切干大根・ツナ・醤油・砂糖 白菜・肉団子・大根・葱・味噌  いちご	ごまポッキー チーズケーキ (クリームチーズ・砂糖・卵・小麦粉・生クリーム・レモン果汁)
6 (水)	ごはん 麻婆春雨 中華きゅうり スープ バナナ	米 春雨・豚挽肉・玉葱・人参・干し椎茸・葱・おろし生姜・おろしにんにく・醤油・味噌・酒・砂糖・ごま油・片栗粉 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 レタス・人参・しめじ・鶏がら バナナ	プルーン もちもちココアパン (白玉団子の粉・ココア・油・牛乳・砂糖)
7 (木)	ごはん レバーの甘辛揚げ 納豆和え 味噌汁 いよかん	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・人参・もやし・かつお節・納豆・醤油 卵・玉葱・かぼちゃ・しめじ・みつば・味噌 いよかん	チーズ いちごパイ (パイシート・グラニュー糖・いちご)
8 (金)	 お弁当の日  ※必ず火を通したものをに入れて頂きますようお願い致します。		たまごボーロ 青りんごゼリー
9 (土)	ねぎ塩豚丼 味噌汁 オレンジ	米・豚肉・白葱・玉葱・人参・キャベツ・酒・醤油・鶏がら・レモン果汁・片栗粉・ごま油 椎茸・油揚げ・ごぼう・みつば・味噌 オレンジ	スティックビスケット おやつ
11 (月)	塩ラーメン サラダ ウインナー いちご	中華麺・豚肉・玉葱・人参・もやし・コーン・葱・酒・ごま油・中華だし・塩・薄口醤油 キャベツ・きゅうり・大根・すりごま・薄口醤油・酢・砂糖・油 ウインナー いちご	たまごボーロ チーズおかかおにぎり (米・ダイスカットチーズ・かつお節・醤油)
12 (火)	ごはん 五目卵焼き 味噌切り干し すまし汁 バナナ	米 卵・ツナ・人参・えのき・白葱・干し椎茸・砂糖・醤油 切干大根・油揚げ・人参・醤油・味噌・砂糖・みりん 大根・玉葱・白菜・生わかめ・塩・薄口醤油 バナナ	プルーン シュガードーナツ (小麦粉・BP・油・牛乳・砂糖・揚げ油・グラニュー糖)
13 (水)	ハヤシライス コロコロサラダ チーズ オレンジ	米・豚肉・じゃがいも・人参・玉葱・しめじ・ハヤシルウ・油 大根・きゅうり・かつお節・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油 スティックチーズ オレンジ	ごまポッキー プーチザ (ツナ・コーン・ケチャップ・ピザチーズ・クラッカー)
14 (木)	 リクエストバイキング (幼児部) 		スティックビスケット かぼちゃクッキー  (小麦粉・砂糖・無塩バター・かぼちゃ・ココア)
15 (金)	ごはん さばの香味焼き 煮浸し 味噌汁 オレンジ	米 さば・おろしにんにく・おろし生姜・酒・砂糖・醤油・ごま油・葱 小松菜・しめじ・油揚げ・酒・みりん・醤油・砂糖 板こんにゃく・もやし・さつまいも・みつば・味噌 オレンジ	チーズ おやつバイキング (幼児部)
16 (土)	 育了式 臨時休園 		
18 (月)	ごはん チキン南蛮 ナムル スープ いよかん	米 鶏肉・塩・こしょう・小麦粉・卵・揚げ油・醤油・酢・砂糖 きゅうり・キャベツ・ハム・すりごま・酢・薄口醤油・砂糖・ごま油 春雨・人参・もやし・ニラ・鶏がら いよかん	たまごボーロ 小倉団子 (白玉団子の粉・絹ごし豆腐・ゆであずき)

	献立名	材料名	朝おやつ(未満児のみ) 午後おやつ(未満児・以上児)
19 (火)	ごはん 煮魚 なめたけ和え 味噌汁 バナナ	米 さば・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 あすっこ・白菜・もやし・ちくわ・なめたけ・醤油 生わかめ・じゃがいも・玉葱・みつば・味噌 バナナ	ブルー お好み焼き (小麦粉・卵・キャベツ・葱・豚肉・お好みソース)
20 (水)	 春分の日 祝日休園		
21 (木)	豆乳黒糖パン ポークビーンズ かみかみサラダ スープ いよかん	豆乳黒糖パン 豚肉・大豆・玉葱・人参・じゃがいも・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・砂糖・油 小松菜・もやし・きゅうり・切干大根・さきいか・薄口醤油・ごま油・酢・砂糖・すりごま アスパラガス・大根・ウインナー・コーン・コンソメ いよかん	ごまポッキー たぬきおにぎり (米・天かす・葱・もみのり・めんつゆ)
22 (金)	ごはん 豚肉とキャベツのごま炒め おかか和え 味噌汁 バナナ	米 豚肉・キャベツ・玉葱・おろし生姜・ポン酢・砂糖・すりごま・塩・ごま油 キャベツ・きゅうり・もやし・かつお節・醤油 しらたき・人参・しめじ・葱・味噌 バナナ	たまごボーロ ミルクスコーン (小麦粉・BP・砂糖・バター・牛乳・レーズン)
23 (土)	肉味噌スパゲティー サラダ みかん	スパゲティー・豚挽肉・玉葱・人参・キャベツ・しそ・砂糖・みりん・味噌・醤油・片栗粉・油 きゅうり・もやし・人参・ツナ・薄口醤油・酢・砂糖・油 みかん	スティックビスケット おやつ
25 (月)	ごはん すきやき ごま和え 味噌汁 いよかん	米 牛肉・人参・玉葱・しらたき・白葱・醤油・砂糖・酒・油 白菜・きゅうり・もやし・すりごま・醤油・砂糖 まいたけ・人参・麩・みつば・味噌 いよかん	ごまポッキー マフィン (小麦粉・BP・砂糖・無塩バター・卵)
26 (火)	バターライス ローストチキン ソテー スープ バナナ	米・人参・ツナ・コンソメ・塩・こしょう 鶏肉・おろしにんにく・おろし生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・塩・こしょう ほうれん草・しめじ・ベーコン・コーン・バター・塩・こしょう キャベツ・玉葱・セロリ・コンソメ バナナ	ブルー 大学芋 (さつまいも・黒ごま・砂糖・醤油・揚げ油)
27 (水)	ごはん さばの竜田揚げ もみのり和え 味噌汁 オレンジ	米 さば・おろし生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・人参・ハム・もみのり・醤油 生わかめ・白菜・大根・味噌 オレンジ	スティックビスケット リッツサンド (リッツ・りんごジャム)
28 (木)	豚そぼろ丼 塩昆布和え 味噌汁 りんご	米・豚挽肉・グリーンピース・玉葱・椎茸・醤油・みりん・酒・砂糖・薄口醤油・片栗粉・油 ブロッコリー・ツナ・塩昆布・ごま油 さつまいも・もやし・豆腐・葱・味噌 りんご	チーズ ようかん (こしあん・粉寒天・砂糖)
29 (金)	ごはん 厚揚げの味噌炒め 酢の物 すまし汁 バナナ	米 豚肉・厚揚げ・玉葱・人参・ピーマン・砂糖・味噌・醤油・油 キャベツ・大根・生わかめ・すりごま・酢・砂糖・薄口醤油 えのき・かにかま・白菜・みつば・塩・薄口醤油 バナナ	たまごボーロ マカロニきなこ (マカロニ・きなこ・砂糖・塩)
30 (土)	 年度末保育 お弁当の日		

リクエストバイキング

- ★ツナごはん (米・ツナ・しそ・ごま・醤油・砂糖・みりん)
- ★鶏の唐揚げ (鶏肉・おろし生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油)
- ★ゆかり和え (キャベツ・もやし・切干大根・ゆかり)
- ★味噌汁 (肉団子・人参・玉葱・葱・味噌)
- ・鮭のバター醤油焼き (鮭・酒・みりん・砂糖・醤油・バター)
- ・焼きそば (焼きそば麺・豚肉・玉葱・人参・青梗菜・焼きそばソース)
- ★いちご ・バナナ

★青文字が未満児の給食です。

おやつバイキング

- ★麩のラスク (麩・砂糖・無塩バター)
- ・クリームチーズトースト
(食パン・りんご・クリームチーズ・グラニュー糖)
- ・ほろほろクッキー
(小麦粉・コーンスターチ・砂糖・無塩バター・粉糖)
- ・ブルーベリーケーキ
(ホットケーキ粉・砂糖・卵・牛乳・ブルーベリージャム)

★青文字が未満児のおやつです。

※うめ・れんぼ組は朝おやつ・午後おやつ、さくら組・以上児は、給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています。
※天候等の理由により、一部献立が変わる場合もありますので、あらかじめご了承ください。