



# 3月献立表(昼食・おやつ)



社会福祉法人 みつき福祉会

みつき浜乃木保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (土)	ピザトースト ミルクスープ バナナ	食パン・ハム・ピーマン・コーン缶・玉葱・ピザチーズ・ケチャップ かぼちゃ・人参・しめじ・牛乳・コンソメ・塩 バナナ	クラッカー 青のりポテト (フライドポテト・青のり・塩)
3 (月)	★ひなまつりメニュー ひなまつり寿司 鶏の照り焼き 花麩すまし汁 バナナ	米・すし酢・卵・塩・鮭・人参・さやえんどう・もみのり 鶏肉・酒・みりん・砂糖・醤油・生姜 花麩・ほうれん草・えのき・薄口醤油・塩 バナナ	ビスケット さくらもち (小麦粉・白玉粉・砂糖・食紅・ゆであずき缶)
4 (火)	ごはん すき焼き風煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 牛肉・玉葱・人参・白菜・椎茸・豆腐・白葱・醤油・砂糖・酒 大根・人参・きゅうり・酢・砂糖・醤油・塩 なめこ・小松菜・人参・味噌 オレンジ	リット バナナケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・バナナ・砂糖・バター・卵)
5 (水)	ごはん 鮭のバター醤油焼き ひじきとじゃが芋の炒り煮 味噌汁 バナナ	米 鮭・バター・醤油・酒 ひじき・じゃがいも・人参・ちくわ・油・砂糖・醤油・みりん 厚揚げ・えのき・大根・味噌	チーズ ココアパイ (パイシート・純ココア・グラニュー糖)
6 (木)	★誕生会 さつまいもごはん チキンカツ サラダ スープ いちご	米・さつまいも・酒・塩 鶏むね肉・塩・小麦粉・マヨネーズ・パン粉・揚げ油・ソース ごぼう・人参・ハム・コーン缶・マヨネーズ・醤油・ごま キャベツ・豆腐・人参・鶏ガラスープの素・塩 いちご	クラッcker フルーツサンド (食パン・ホイップクリーム・みかん缶・バナナ)
7 (金)	♡カレーライス チーズ サラダ バナナ	米・豚肉・人参・玉葱・エリンギ・カレールウ・油 チーズ きゅうり・ひじき・ツナ・薄口醤油・酢・砂糖 バナナ	ビスケット ミルクくずもち (牛乳・片栗粉・砂糖・きな粉・黒蜜)
8 (土)	親子丼 味噌汁 みかん	米・鶏肉・卵・玉葱・人参・椎茸・葱・酒・みりん・醤油・砂糖・油 じゃがいも・人参・もやし・味噌 みかん	リット おにぎり (米・しらす・醤油・ごま・海苔・ごま油)
10 (月)	 <b>お弁当の日</b>  <b>ひまわり組さん お別れ遠足</b> 必ず火を通した物を入れていただきますようお願いします。		
11 (火)	ごはん 油淋鶏 春雨サラダ スープ バナナ	米 鶏肉・片栗粉・揚げ油・ねぎ・生姜・にんにく・醤油・酢・砂糖・ごま・ごま油 春雨・もやし・きゅうり・ハム・酢・醤油・砂糖・ごま油 えのき・人参・わかめ・コーン缶・中華だし バナナ	チーズ 抹茶小倉蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・抹茶・ゆであずき缶・油)
12 (水)	ごはん 豚肉の生姜焼き もみのり和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・生姜・玉葱・もやし・キャベツ・ねぎ・酒・みりん・醤油・砂糖・油 ほうれん草・人参・海苔・醤油 大根・白菜・人参・味噌 オレンジ	リット お好み焼き風 (小麦粉・卵・キャベツ・ねぎ・長芋・豚肉・お好みソース)
13 (木)	ごはん かれいのごま焼き ゆかり和え 味噌汁 バナナ	米 かれい・ごま・黒ごま・酒・醤油・みりん キャベツ・人参・切り干し大根・ゆかり 豆腐・なめこ・人参・味噌 バナナ	クラッcker きな粉ドーナツ (ホットケーキミックス・絹豆腐・きな粉・砂糖・揚げ油)
14 (金)	味噌ラーメン ゆで卵 オレンジ	中華麺・焼き豚・玉葱・人参・椎茸・もやし・ねぎ・コーン缶・味噌・酒・醤油・塩・コンソメ・ごま油 卵・塩 オレンジ	ビスケット たぬきむすび (米・天かす・ねぎ・麺つゆ・海苔)
15 (土)	チキンライス スープ バナナ	米・鶏肉・玉葱・ミックスベジタブル・ケチャップ・塩 白菜・玉葱・人参・ベーコン・春雨・コンソメ・塩 バナナ	クラッcker おやつパン

	献立名	材料名	おやつ
17 (月)	ごはん マーボー豆腐 中華きゅうり スープ バナナ	米 豆腐・豚挽き肉・玉葱・人参・干し椎茸・葱・味噌・醤油・酒・砂糖・片栗粉・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・ごま油・塩・かつお節 小松菜・玉葱・人参・中華だし・塩 バナナ	ビスケット チーズ (クラッカー・ツナ・コーン・ピザチーズ・ケチャップ)
18 (火)	ごはん 肉じゃが 酢のもの 味噌汁 オレンジ	米 牛肉・玉葱・じゃがいも・白滝・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口醤油・油 切干大根・きゅうり・ひじき・酢・砂糖・薄口醤油 豆腐・ほうれん草・玉葱・味噌 オレンジ	リット ココアフレンチトースト (食パン・ココア・砂糖・牛乳・粉糖)
19 (水)	ごはん レバーの甘辛煮 プロッコリーのごま酢和え 味噌汁 バナナ	米 鶏レバー・醤油・砂糖・酒・生姜・ごま油 プロッコリー・人参・ちくわ・ごま・酢・醤油・砂糖 厚揚げ・大根・おつゆ麩・味噌 バナナ	チーズ ふかしいも (さつまいも)
20 (木)	 <b>春分の日(祝日休園)</b> 		
21 (金)	ハヤシライス チーズ 野菜スープ オレンジ	米・豚肉・じゃがいも・人参・コーン缶・玉葱・ハヤシルウ・油 チーズ キャベツ・玉葱・人参・ベーコン・コンソメ・塩 オレンジ	ビスケット ミルク蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・練乳・油)
22 (土)	 <b>育了式</b> 		
24 (月)	ロールパン グラタン ごぼうサラダ スープ バナナ	ロールパン 鶏肉・マカロニ・玉葱・しめじ・ピザチーズ・小麦粉・牛乳・バター・コンソメ・塩 ごぼう・きゅうり・人参・マヨネーズ・醤油 かぼちゃ・玉葱・もやし・コンソメ・塩 バナナ	ビスケット ポテトおやき (じゃがいも・ツナ・片栗粉・バター)
25 (火)	ごはん さばの塩焼き ピーじやこ炒め 味噌汁 オレンジ	米 さば・塩・酒 ピーマン・赤ピーマン・しらす・砂糖・醤油・ごま・油 じゃがいも・ちくわ・玉葱・味噌 オレンジ	リット きな粉ボーロ (小麦粉・きな粉・砂糖・バター・油)
26 (水)	♡ミートスパゲティー ♡ハンバーグ ごまサラダ バナナ	スパゲティー・豚挽き肉・玉葱・人参・しめじ・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・にんにく・バター・中濃ソース・砂糖・塩 豚挽き肉・玉葱・人参・パン粉・塩・卵・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 プロッコリー・人参・きゅうり・ごま・酢・砂糖・醤油 バナナ	チーズ スイートポテト (さつまいも・バター・牛乳・砂糖・卵黄)
27 (木)	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 切り干し大根の煮物 のっつい汁 オレンジ	米 生揚げ・豚挽き肉・えのき・人参・玉葱・醤油・砂糖・酒・片栗粉・油 切り干し大根・人参・油揚げ・みりん・醤油・薄口醤油・砂糖 里芋・人参・白葱・薄口醤油・塩・片栗粉 オレンジ	クラッカー おにぎり (米・炊きこみわかめ・しらす・ごま)
28 (金)	ごはん 鶏のから揚げ しそわかめ和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・生姜・酒・みりん・醤油・片栗粉・揚げ油 キャベツ・切り干し大根・しそわかめ 豆腐・玉葱・人参・味噌 バナナ	ビスケット パイ (パイシート・グラニュー糖)
29 (土)	焼きそば 五目汁 オレンジ	焼きそば麺・豚肉・玉葱・人参・しめじ・チングンサイ・焼きそばソース 豆腐・ほうれん草・大根・人参・醤油・塩 オレンジ	クラッcker おやつパン
31 (月)	 <b>年度末保育 お弁当の日</b>  必ず火を通した物を入れていただきますようお願いします。ピックは使用しないでください。		

★3歳未満児は午前おやつ・午後おやつ、以上児は、給食・午後おやつ時に牛乳を飲みます。

★天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい。

★♡マークはひまわり組さんのリクエストメニューです。



# 3月献立表(夕食)



	献立名	材料名
1 (土)	炊き込みごはん 大根のそぼろ煮 豚汁 オレンジ	米・鶏肉・椎茸・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん 大根・豚挽き肉・油・醤油・砂糖・片栗粉 豚肉・じゃがいも・人参・ごぼう・里芋・ねぎ・味噌 オレンジ
3 (月)	ごはん しゅうまい バンサンスー わかめスープ オレンジ	米 豚挽き肉・玉葱・椎茸・生姜・片栗粉・醤油・酒・塩・砂糖・しゅうまいの皮・ごま油 春雨・きゅうり・ハム・ごま油・砂糖・酢・醤油・ごま わかめ・キャベツ・人参・中華だし・塩・ごま オレンジ
4 (火)	ごはん 鶏の梅味噌焼き ごまネーズ和え 五目汁 バナナ	米 鶏肉・梅干し・味噌・醤油・みりん・酒 キャベツ・人参・ちくわ・ごま・マヨネーズ・醤油 里芋・人参・ごぼう・醤油・塩 バナナ
5 (水)	♡塩バターラーメン ナムル オレンジ	中華麺・豚肉・玉葱・人参・もやし・コーン缶・葱・中華だし・バター・塩・薄口醤油・ごま油 ほうれん草・人参・ごま油・醤油・ごま オレンジ
6 (木)	ごはん かれいのしそ焼き 塩昆布和え 味噌汁 バナナ	米 かれい・しそ・醤油・酒・みりん・砂糖 ブロッコリー・人参・塩昆布・ごま油 大根・しめじ・わかめ・味噌 バナナ
7 (金)	ごはん 豚と野菜の味噌炒め なめたけ和え すまし汁 オレンジ	米 豚肉・醤油・酒・生姜・片栗粉・ピーマン・玉葱・人参・ごま油・味噌・醤油・酒・砂糖 キャベツ・切干大根・なめたけ・醤油 白菜・えのき・はんぺん・薄口醤油・塩 オレンジ
8 (土)	うどん かぼちゃのそぼろ煮 バナナ	うどん・油揚げ・たまねぎ・椎茸・人参・鶏肉・葱・薄口醤油・醤油・塩・酒・みりん かぼちゃ・豚挽き肉・油・生姜・みりん・醤油・片栗粉 バナナ
10 (月)	ごはん 鶏と野菜の和風煮 しらす和え 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・キャベツ・人参・玉葱・椎茸・砂糖・醤油・みりん・油 ほうれん草・人参・しらす・砂糖・醤油 さつまいも・大根・わかめ・味噌 バナナ
11 (火)	ごはん 和風ミートローフ ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 豚挽き肉・玉葱・人参・干し椎茸・卵・酒・醤油・塩・パン粉 ブロッコリー・コーン・ごま・醤油・砂糖 大根・油揚げ・おつゆ麺・味噌 オレンジ
12 (水)	ごはん 鶏の海苔チーズ焼き さつまいものレモン煮 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・酒・塩・醤油・海苔・ピザチーズ さつまいも・レモン果汁・砂糖 かぼちゃ・しめじ・玉葱・味噌 バナナ
13 (木)	ごはん 味噌つくね きんぴらごぼう すまし汁 オレンジ	米 鶏挽肉・おから・玉葱・生姜・パン粉・牛乳・味噌・みりん・薄口醤油・みりん ごぼう・人参・白滝・みりん・砂糖・醤油・ごま油・ごま おつゆ麺・えのき・じゃがいも・薄口醤油・塩 オレンジ
14 (金)	ごはん 手羽元のママレード煮 和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏手羽元・ママレードジャム・醤油・みりん・油 もやし・きゅうり・人参・ごま・醤油・砂糖 大根・白菜・わかめ・味噌 バナナ
15 (土)	チャーハン チーズ 味噌汁 オレンジ	米・ツナ・玉葱・白葱・人参・ごま油・醤油・塩・卵 チーズ じゃがいも・ほうれん草・人参・わかめ・味噌 オレンジ

	献立名	材料名
17 (月)	ごはん 肉団子の煮物 昆布和え 味噌汁 オレンジ	米 肉団子・春雨・椎茸・人参・チンゲンサイ・醤油・砂糖・酒・みりん きゅうり・人参・塩昆布 さつまいも・ごぼう・人参・味噌 オレンジ
18 (火)	ごはん タンドリーチキン ソテー コーンスープ バナナ	米 鶏肉・塩・醤油・にんにく・カレー粉・ヨーグルト プロッコリー・コーン缶・ベーコン・バター・醤油・塩 クリームコーン缶・人参・玉葱・バター・牛乳・コンソメ・塩 バナナ
19 (水)	ごはん ぶりの照り焼き ひじきの煮物 味噌汁 オレンジ	米 ぶり・生姜・醤油・みりん・酒・油 ひじき・油揚げ・人参・みりん・酒・砂糖・醤油 白菜・玉葱・わかめ・味噌 オレンジ
20 (木)	春分の日(祝日休園)	
21 (金)	ごはん チャプチエ 中華サラダ スープ バナナ	米 豚肉・しいたけ・玉葱・人参・春雨・ねぎ・ごま・にんにく・中華だし・醤油・酒・砂糖・ごま油 キャベツ・きゅうり・しらす・酢・砂糖・醤油・ごま・ごま油 豆腐・大根・わかめ・コンソメ バナナ
22 (土)	育了式	
24 (月)	ごはん おからナゲット しらす和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏挽肉・おから・玉葱・にんにく・生姜・塩・片栗粉・揚げ油・ケチャップ キャベツ・人参・しらす・醤油 さつまいも・人参・わかめ・味噌 オレンジ
25 (火)	ごはん 卵焼き おかか和え 味噌汁 バナナ	米 卵・鶏挽肉・人参・葱・干し椎茸・砂糖・醤油・油 白菜・人参・醤油・砂糖・かつお節 玉葱・ほうれん草・人参・味噌 バナナ
26 (水)	ごはん 鶏のごま味噌焼き 青のりポテト すまし汁 オレンジ	米 鶏肉・味噌・醤油・みりん・砂糖・ごま フライドポテト・塩・青のり 白菜・もやし・人参・薄口醤油・塩 オレンジ
27 (木)	ごはん かれいの梅マヨ焼き 和え物 味噌汁 バナナ	米 かれい・梅干し・マヨネーズ・醤油・かつお節 きゅうり・人参・しらす・酢・砂糖・醤油・ごま 大根・人参・麸・味噌 バナナ
28 (金)	ごはん 餃子 ひじきサラダ 卵スープ オレンジ	米 餃子 ひじき・きゅうり・人参・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油 チンゲンサイ・人参・卵・中華だし・塩・ごま油 オレンジ
29 (土)	照り焼きチキン丼 味噌汁 バナナ	米・鶏肉・玉葱・椎茸・酒・みりん・砂糖・醤油・生姜・油 白菜・えのき・人参・味噌 バナナ
31 (月)	年度末保育 ※夕食の提供はありません。	

★天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承下さい。

★♡マークはひまわり組さんのリクエストメニューです。