

平成29年3月 献立予定表

平成29年2月 28日

幼保連携型認定こども園 城山幼稚園

日	曜	昼食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1	水	ごはん スパニッシュオムレツ たくあんサラダ 牛乳	ベーコン 卵 チーズ 牛乳 じゃこ	白米 じゃがいも マヨネーズ 砂糖 バター 油 薄力粉	人参 パセリ キャベツ きゅうり たくあん マーメレード	マーメレード スコーン	672
2	木	ごはん 魚のクラッカー揚げ 和風サラダ 牛乳	魚 卵 かつお節 牛乳 チーズ	白米 クラッカー 薄力粉 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	人参 きゅうり キャベツ	いももち	553
3	金	ちらし寿司 すまし汁 ひなまつり会 ひなまつりケーキ カルピス	卵 牛乳 のり わかめ カルピス かつお節	白米 砂糖 キミックス粉 氷みつ 油	いんげん れんこん ごぼう 人参 ほうれん草 えのき	ワカメおにぎり	582
4	土	タコライス ポテトスープ	合挽肉 卵 ベーコン	白米 油 砂糖 じゃがいも	レタストマト 玉ねぎ 人参	お菓子	428
6	月	ごはん 鶏肉の唐揚げ 野菜の甘酢和え 牛乳	鶏肉 牛乳 卵 スキムミルク	白米 薄力粉 片栗粉 油 砂糖 バター ごま	にんにく キャベツ 人参 きゅうり	ごまクッキー	578
7	火	お楽しみメニュー		白米 バター 砂糖	しめじ えのき	きのこおにぎり	402
8	水	じゃこご飯 かき卵汁 じゃがいものそぼろ煮	鶏肉 じゃこ 卵 合挽肉 わかめ	白米 砂糖 油 じゃがいも ふ バター	人参 いんげん 椎茸	麩のラスク	433
9	木	ごはん 魚のねぎソースかけ 野菜の塩昆布和え 牛乳	魚 塩昆布	白米 片栗粉 ごま油 砂糖	しょうが 長ねぎ キャベツ 人参 きゅうり	雑穀おにぎり	317
10	金	お弁当デー お別れ遠足		ポップコーン		ポップコーン	25
11	土	牛肉丼 野菜のマヨネーズ和え	牛肉	砂糖 油 白米 片栗粉 マヨネーズ	人参 玉ねぎ 長ネギ 大根 きゅうり		414
13	月	混ぜごはん みそ汁 1日先生 ひじき炒め	鶏肉 みそ 牛乳 ひじき チーズ	白米 砂糖 油 こんにやく 白玉粉	筍 人参 椎茸 ごぼう 玉ねぎ なす こねぎ ピーマン	もちもち チーズパン	393
14	火	麦ごはん 豚肉のマーメレード煮 三色生酢 牛乳	豚肉 牛乳 かつお節	白米 麦 砂糖 バター ごま ごま油	マーメレード 玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり 大根	おかかおにぎり	574
15	水	ごはん チキンカツ 野菜の中華和え きのこスープ	鶏肉 牛乳 卵	白米 薄力粉 パン粉 油 砂糖 ごま油 ごま バター ミックス粉	人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ しめじ えのき 椎茸	マドレーヌ	505
16	木	揚げパン タイピーエン 干し大根と人参の甘辛煮	きな粉 かまぼこ 豚肉 油揚げ	パン 砂糖 油 白米 ごま	椎茸 玉ねぎ 人参 きくらげ 筍 白菜 干大根	のり巻き おにぎり	755
17	金	ごはん 魚のパン粉焼き お別れ会 みかんサラダ 牛乳	魚 牛乳 卵 チーズ	白米 マヨネーズ パン粉 砂糖 薄力粉	キャベツ 人参 きゅうり ケチャップ 玉ねぎ ピーマン えのき	ピザ	615
18	土	スパゲティミートソース 野菜サラダ	合挽肉	スパゲティ 油 ごま 砂糖	人参 玉ねぎ キャベツ ケチャップ ピーマン ピューレ きゅうり	お菓子	280
20	月	春分の日					
21	火	ごはん タンドリーチキン カムカムサラダ 牛乳	鶏肉 ヨーグルト 牛乳	白米 砂糖 ごま油 ごま薄力粉	ケチャップ ごぼう きゅうり 人参	メロンパン	552
22	水	ごはん ミートグラタン コンソメスープ 卒園式	合挽肉 チーズ ちりめんじゃこ	白米 砂糖 じゃがいも	キャベツ 人参 ケチャップ なす パセリ 玉ねぎ	じゃこおにぎり	558
23	木	ごはん つみ入れ汁 れんこんと人参の金平	ハモのすり身	白米 砂糖 ごま油 油 薄力粉	人参 玉ねぎ 蓮根 白菜	レモンクッキー	342
24	金	ごはん ツナと豆腐の卵とじ 修了式 野菜のごま和え 牛乳	ツナ缶 卵 木綿豆腐 牛乳 鶏肉 ひじき	白米 砂糖 油 ごま	いんげん 玉ねぎ 人参 長ネギ キャベツ もやし	ひじきおにぎり	585
25	土	クリームシチュー 野菜のフレンチ和え	鶏挽肉 卵 牛乳	油 砂糖	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり	お菓子	266
27	月	華風丼 野菜のじゃこ和え	豚肉 卵 かまぼこ じゃこ きな粉	砂糖 油 白米	玉ねぎ 人参 椎茸 白菜 ほうれん草 キャベツ	きなこドーナツ	310
28	火	ごはん チキン南蛮 野菜スープ	鶏肉 卵 さくらえび 塩昆布	白米 薄力粉 油 マヨネーズ 砂糖 片栗粉	玉ねぎ にんにく えのき キャベツ 人参 こねぎ	さくらえびと 昆布のおにぎり	724
29	水	ごはん 肉じゃが 春雨スープ	合挽肉 ベーコン	白米 じゃがいも 砂糖 春雨 ごま油 ミックス粉 油	いんげん 人参 玉ねぎ 白菜 ねぎ 椎茸	ちんすこう	456
30	木	ごはん 鶏肉のピーナッツからめ 野菜とワカメの甘酢和え	鶏肉 ツナ缶 わかめ	白米 薄力粉 片栗粉 砂糖 ピーナッツ 油 マヨネーズ	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ ピーマン きゅうり 大根	ツナマヨ おにぎり	530
31	金	カレーライス 野菜のおかか和え	合挽肉 かつお節 卵 おから	じゃがいも 白米 油 砂糖 薄力粉 バター	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ もやし	おからクッキー	461

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。

●主な材料だけ表示してあります。

●献立及び材料は変更する場合があります



花もほころび始め、少しずつ春の訪れを感じられるようになりました。日中は暖かい日もありますが夜や朝方はまだまだ寒いので体調には気を付けたいですね。旬の野菜や果物から栄養を取り入れて、元気に過ごしましょう。



今月のメニューにゆい組さんの好きなメニューを入れています!

- 魚のパン粉焼き
- みかんサラダ
- カムカムサラダ
- タンドリーチキン
- 鶏肉のから揚げ

その他にもたくさんありましたので献立に入れてます!!お楽しみに♪



桃の節句の「ひし餅」
「はまぐり」の意味は?

ひし餅のルーツは古代の中国からで母と子の健康を願い、母子草の餅を食べていました。これが日本ではよもぎ餅となり、長寿や純潔を表すひしの実を入れた白餅と、魔よけの意味を持つクチナシの実を入れた赤餅が加わったと言われています。はまぐりは、「貝殻同士がぴったりと合わさる物は2つとない」事から縁起物とされ、女の子が良い伴侶にめぐり会えるようにと吸い物に入れて祝い膳として出されるようになった。



2月の「お楽しみメニュー」

- ☆魚のパン粉焼き
- ☆野菜のピーナッツ和え

3月の「お楽しみメニュー」もメニューディレクターのお友だちが考えてくれます。
お楽しみに♪♪