

平成 30 年 3 月 献立予定表

平成30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 木 | 華風井 野菜の中華和え 牛乳 | 豚肉 卵 かまぼこ 牛乳 ひじき | 砂糖 油 白米 ごま油 ごま | 玉ねぎ 人参 椎茸 白菜 きゅうり キャベツ | ひじき おにぎり | 594 |
| 2 金 | ちらし寿司 魚の塩焼き 白和え すまし汁 カルピスひなま | 卵 魚 豆腐 のり つり合 乳酸菌飲料 | 白米 砂糖 油 こんにやく ごま 麩 バター | いんげん 蓮根 ごぼう 人参 にんにく 椎茸 ほうれん草 えのき | 麩のラスク | 479 |
| 3 土 | ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 わかめスープ | 鶏小間 わかめ | 白米 砂糖 こんにやく ごま油 | 人参 ごぼう 蓮根 玉ねぎ | お菓子 | 270 |
| 5 月 | 自然米 魚のパン粉焼き 納豆和え 10先生 | 魚 納豆 | 白米 マヨネーズ パン粉 砂糖 ミックス粉 油 | ほうれん草 キャベツ 人参 | ちんすこう | 561 |
| 6 火 | ごはん 鶏肉のから揚げ 野菜の甘酢和え 牛乳 | 鶏肉 牛乳 | 白米 薄力粉 油 砂糖 雑穀米 | にんにくしょうが キャベツ 人参 きゅうり | 雑穀 おにぎり | 582 |
| 7 水 | クリームスパゲティ みかんサラダ お別れ会 | ベーコン 牛乳 チーズ | スパゲティ 油 砂糖 白玉粉 | しめじ 人参 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ きゅうり | もちもち チーズパン | 383 |
| 8 木 | 親子丼 ポパイサラダ 牛乳 | 鶏肉 卵 かまぼこ 牛乳 かつお節 | 砂糖 油 白米 マヨネーズ バター ごま ごま油 | 玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ キャベツ ほうれん草 | おかか おにぎり | 591 |
| 9 金 | お弁当デー | | | | お菓子 | |
| 10 土 | お弁当デー | | | | お菓子 | |
| 12 月 | ごはん オニオンスープ チキンカツ 野菜のおかか和え | 鶏肉 かつお節 卵 牛乳 | 白米 薄力粉 パン粉 油 砂糖 バター | キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ パナナ | バナナ ケーキ | 591 |
| 13 火 | 自然米 オランダ揚げ 野菜のごま和え わかめスープ | ハモのすり身 卵 油揚げ わかめ | 白米 油 ごま 砂糖 ごま油 | 人参 玉ねぎ パセリ キャベツ もやし | のり巻き おにぎり | 491 |
| 14 水 | カレー ライス たくあんサラダ 牛乳 | 合挽肉 牛乳 大豆 じゃこ | じゃがいも 白米 油 砂糖 ごま ごま油 | 玉ねぎ 人参 グリーンピース きゅうり キャベツ 福神漬 | 大豆の カルシウム炒め | 530 |
| 15 木 | ごはん ピザバーグ 野菜のフレンチ和え 牛乳 | 合挽肉 卵 チーズ 牛乳 油揚げ | 白米 パン粉 砂糖 油 ごま | 玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ キャベツ きゅうり | きつね おにぎり | 623 |
| 16 金 | お弁当デー お別れ遠足 | | ミックス粉 チョコレート | | チョコチップ 蒸しパン | 116 |
| 17 土 | ハヤシライス 野菜サラダ | 牛小間 | 白米 油 ごま 砂糖 | 玉ねぎ 人参 キャベツ グリーンピース きゅうり | お菓子 | 408 |
| 19 月 | ごはん 松風焼き 野菜と果物の甘酢和え 牛乳 | 鶏挽肉 みそ 卵 牛乳 のり | 白米 砂糖 ごま | 玉ねぎ 大根 きゅうり りんご 干大根 椎茸 | 干し大根と 椎茸おにぎり | 578 |
| 20 火 | ドライカレー 野菜のじゃこ和え 卒園式 | 合挽肉 じゃこ 牛乳 卵 | 白米 砂糖 ミックス粉 バター | 玉ねぎ 人参 ピーマン ほうれん草 キャベツ | マドレーヌ | 453 |
| 21 水 | 春分の日 | | | | | |
| 22 木 | 自然米 魚の和風マリネ 野菜の塩昆布和え 牛乳 | 魚 牛乳 きな粉 昆布 | 白米 砂糖 薄力粉 油 | 人参 玉ねぎ ピーマン きゅうり キャベツ | きなこ おにぎり | 516 |
| 23 金 | スパゲティミートソース ポテトスープ 修了式 | 合挽肉 ベーコン 卵 牛乳 | スパゲティ 油 じゃがいも 砂糖 バター 薄力粉 | 人参 玉ねぎ キャベツ ケチャップ ピーマン りんご | アップル ケーキ | 536 |
| 24 土 | ごはん クリームシチュー 野菜のフレンチ和え | 鶏挽肉 卵 牛乳 | 白米 油 じゃがいも 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 | 428 |
| 26 月 | 混ぜごはん かき卵汁 じゃがいものそぼろ煮 | 鶏肉 卵 わかめ 合挽肉 チーズ | 白米 砂糖 油 じゃがいも 薄力粉 | 竹の子 人参 椎茸 ごぼう ケチャップ 玉ねぎ ピーマン えのき | ピザ | 464 |
| 27 火 | ごはん チキン南蛮 野菜の梅サラダ | 鶏肉 卵 じゃこ | 白米 薄力粉 油 マヨネーズ 砂糖 片栗粉 | 玉ねぎ にんにく 大根 人参 きゅうり うめ いんげん 椎茸 | じゃこ おにぎり | 769 |
| 28 水 | 雑穀米 だんご汁 ひじき炒め | 鶏小間 ひじき かつお節 わかめ | 雑穀米 薄力粉 さといも こんにやく 砂糖 白米 油 | 大根 ねぎ 椎茸 人参 ピーマン | ワカメ おにぎり | 515 |
| 29 木 | ごはん 豚肉のマーマレード煮 春雨サラダ 牛乳 | 豚肉 牛乳 卵 じゃこ | 白米 春雨 コーン 砂糖 油 薄力粉 バター ごま | マーマレード 玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり | ごまじゃこ クッキー | 587 |
| 30 金 | ごはん 照り焼きチキン カムカムサラダ 牛乳 | 鶏肉 牛乳 豆腐 卵 きな粉 | 白米 砂糖 ごま油 ごま ミックス粉 油 | にんにく ごぼう きゅうり 人参 | 豆腐のふわふわ ドーナツ | 537 |
| 31 土 | 煮込みうどん 野菜の磯和え | 鶏挽肉 のり かまぼこ | うどん 砂糖 | 人参 玉ねぎ キャベツ 椎茸 ねぎ もやし | お菓子 | 161 |

※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。

本年度も最後の月になりました。日中は暖かい日もありますが夜や朝方はまだまだ寒い日が続いていますね。

卒園、進級に向けて体調に気を付けて、元気に春を迎えましょう。

ゆり組さんの好きな メニューランキング!!

- 1みかんサラダ
- 2クリームスパゲティ
- 3鶏肉の唐揚げ
- 4タンドリーチキン
- 5魚のパン粉焼き

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!

「自然米を食べてみよう!!」

「農業も化学肥料も使わない自然農法で育ったお米です。
「さらに、その中でも「自然農法に適応する稲品種」として育成されたお米で、アレルギー体質の方に合うことが見込まれており、健康志向の方が求められるお米だそうです。
「縁があり、3月は数回程提供できるようになりました。」



お楽しみメニュー

2月のお楽しみメニューは...

ごはん
鶏肉の唐揚げ
コーンサラダ
卵スープ でした!

食に興味を持ってもらうために、またお友だち同士が食を通して話すきっかけになったらという思いでこのお楽しみメニューを毎月入れてきました。私たち厨房職員もこの企画を通して多くの事を学ばせて頂きました。ゆり組の皆さんありがとうございました。