

令和5年 3月献立予定表

令和5年 2月24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	たかなごはん タイピーエン 野菜のゆかり和え	かつお節 かまぼこ 豚小間	白米 砂糖 ごま 春雨 油 ごま油	高菜 干椎茸 玉ねぎ 人参 きくらげ 竹の子 白菜 キャベツ きゅうり	おかか おにぎり	329
2	木	ごはん チキン南蛮 青菜とコーンのごま和え 牛乳	鶏もも 卵 牛乳	白米 薄力粉 油 コーン マヨネーズ 砂糖 ごま ホットケーキミックス	玉ねぎ にんにく キャベツ ほうれん草 人参	ちんすこう	639
3	金	ちらし寿司 すまし汁 カルピスゼリー ひな祭り会	錦糸卵 鶏小間 カルピス ワカメ かつお節 さくらでんぶ 油揚げ 焼きのり	白米 砂糖 まりふ 油	れんこん 人参 ほうれん草 干椎茸 きぬさや	ワカメ おにぎり	383
4	土	やきうどん わかめスープ	豚小間 わかめ 青のり かつお節	油 うどん ごま油	人参 玉ねぎ キャベツ	お菓子	245
6	月	麦ごはん 鶏肉のから揚げ もぐもぐゴンポー ほうれん草の卵スープ	鶏もも じゃこ ハム 卵 牛乳 スキムミルク	白米 押麦 薄力粉 油 砂糖 マヨネーズ ホットケーキミックス	にんにくしょうが ごぼう えのき きゅうり 人参 ほうれん草 玉ねぎ 干椎茸 かぼちゃ	かぼちゃ ケーキ	500
7	火	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜のじゃこ和え トマトスープ	魚 じゃこ 焼きのり	白米 マヨネーズ パン粉 砂糖	ほうれん草 人参 キャベツ カットマト 玉ねぎ えのき パセリ	のり巻き おにぎり	406
8	水	混ぜごはん 豆腐の味噌汁 拌三絲	鶏もも 豆腐 みそ ひじき 錦糸卵 ハム わかめ 油揚げ	白米 砂糖 油 春雨 ごま油 さつまいも ごま	竹の子 人参 干椎茸 ごぼう こねぎ 玉ねぎ きゅうり	ひじき おにぎり	382
9	木	ごはん 鶏肉と野菜の旨煮 ブロッコリーサラダ 牛乳	鶏小間 牛乳	白米 砂糖 こんにやく バター コーン ごま マヨネーズ ふ	人参 ごぼう れんこん ブロッコリー きゅうり キャベツ	麩のラスク	464
10	金	お別れ遠足(お弁当デー)	とろけるチーズ 牛乳	ホットケーキミックス コーン		チーズ 蒸しパン	112
11	土	クリームスパゲティ レタスとウインナーのスープ	ツナ缶 牛乳 ウインナー	スパゲティ バター	ほうれん草 玉ねぎ レタス しめじ キャベツ 人参	お菓子	363
13	月	ごはん タンドリーチキン ごぼうのごまマヨサラダ コンソメスープ	鶏もも ヨーグルト ツナ かつお節	白米 コーン ごま カレー粉 マヨネーズ 砂糖 ごま油	ケチャップ ごぼう きゅうり 人参 玉ねぎ キャベツ えだまめ	枝豆おかか おにぎり	437
14	火	雑穀ごはん 魚のみそ漬け焼き もやしのごま和え 春雨スープ	魚 みそ 牛乳 カルピス	白米 雑穀米 ごま 砂糖 春雨 ごま油 バター ホットケーキミックス	きゅうり もやし 人参 白菜 ねぎ 干椎茸	カルピス マフィン	383
15	水	チキンカレーライス 野菜のフレンチ和え フルーツヨーグルト	鶏小間 牛乳 ヨーグルト 合挽肉 とろけるチーズ 油揚げ	白米 油 コーン 砂糖 オリーブ油 カレールウ	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり みかん缶詰 もも缶詰 パイン缶詰 りんご缶詰	きつね おにぎり	442
16	木	鮭の混ぜごはん 豚汁 野菜とワカメの甘酢和え	さけ 豚小間 みそ ワカメ 牛乳	白米 里芋 こんにやく チョコレート 砂糖 油 薄力粉 バター	しめじ 小松菜 玉ねぎ 人参 大根 干椎茸 長ネギ もやし きゅうり	チョコチップ クッキー	434
17	金	牛肉丼 牛乳 野菜と果物の甘酢和え 卒園式	牛肉 ダイスターズ 牛乳 スキムミルク	白米 砂糖 ココア 糸こんにやく ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ ごぼう 長ネギ キャベツ きゅうり りんご	ココア 蒸しパン	396
18	土	ごはん 中華スープ 豚挽肉と春雨の中華炒め	豚挽肉	白米 春雨 ごま油 コーン	キャベツ 人参 ねぎ 干椎茸 竹の子 きくらげ 玉ねぎ	お菓子	336
20	月	麦ごはん 牛乳 鶏肉のオニオントマト煮 ブロッコリーとじゃこの和え物	鶏むね じゃこ 牛乳 きな粉	白米 押麦 砂糖 マカロニ	玉ねぎ しめじ グリーンピース カットマト トマトピューレ ケチャップ ブロッコリー キャベツ きゅうり	マカロニ きなこ	370
21	火	(祝)春分の日					
22	水	ごぼうご飯 干草焼き 野菜の塩昆布和え 牛乳	油揚げ 鶏小間 鶏ひき肉 卵 スキムミルク 牛乳 ツナ	白米 油 砂糖 マヨネーズ コーン	人参 ごぼう 玉ねぎ いんげん きくらげ きゅうり 塩昆布 キャベツ	ツナとコーン おにぎり	523
23	木	雑穀ごはん 豚肉のしょうが焼き 野菜の中華和え	豚小間	白米 雑穀米 砂糖 ごま油 ごま コーンフレーク バター マシュマロ	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ	コーン フレークバー	395
24	金	雑穀ごはん 鶏レバーの味噌煮 炒めビーフン 豆腐と青梗菜のスープ 修了式	鶏レバー みそ かまぼこ 木綿豆腐	白米 雑穀米 砂糖 ビーフン ごま油	玉ねぎ 人参 人参 人参 ピーマン チンゲンサイ 生姜	塩昆布 おにぎり	421
25	土	豚丼 野菜の磯和え	豚小間 焼きのり	ごま 砂糖 白米	人参 玉ねぎ にんにく 長ネギ キャベツ もやし	お菓子	316
27	月	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきと油揚げの煮物 牛乳	鶏もも 油揚げ 牛乳 卵 ひじき ダイスターズ スキムミルク	白米 砂糖 油 薄力粉 黒ごま バター	大根 人参 こねぎ	黒ごまチーズ スティック	529
28	火	ごはん 魚とほうれん草のキッシュ ミネストローネ 野菜サラダ	卵 とろけるチーズ 魚 牛乳 かつお節 油揚げ	白米 ごま 砂糖 油 薄力粉	人参 パセリ ほうれん草 玉ねぎ 小松菜 キャベツ しめじ カットマト きゅうり	青菜と油揚げの おにぎり	432
29	水	じゃこご飯 のっぺい汁 春雨サラダ	じゃこ 鶏小間 卵 牛乳 スキムミルク	白米 砂糖 油 片栗粉 里芋 こんにやく 春雨 コーン バター 薄力粉	人参 いんげん 干椎茸 ごぼう 大根 こねぎ きゅうり りんご	アップルケーキ	492
30	木	ごはん 酢豚 もやしときゅうりの中華サラダ	豚肉 じゃこ かつお節	白米 薄力粉 片栗粉 油 砂糖 ごま油 ごま	玉ねぎ にんにく 人参 竹の子 もやし ピーマン 干椎茸 ケチャップ きゅうり	じゃこおかか おにぎり	458
31	金	雑穀ごはん スパニッシュオムレツ ポパイサラダ 牛乳	ベーコン 卵 とろけるチーズ 牛乳 スキムミルク かまぼこ じゃこ	白米 雑穀米 じゃがいも 砂糖 マヨネーズ 薄力粉 バター	人参 パセリ キャベツ ほうれん草 マーマレード	マーマレード スコーン	563

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。

●主な材料だけを表示してあります。 ●献立及び材料は変更する場合があります。

ゆりぐみさんの好きなメニュー

今月はゆりぐみさん好きなメニューを聞いて、ランチに入れています。チキンカレー・魚のパン粉焼き・もぐもぐゴンポー・ゼリーなど他にも沢山あげてくれましたよ。今月でゆりぐみさんは最後なので沢山食べて欲しいです。

お弁当デーについて

今月のお弁当デーは「お別れ遠足」です。お弁当と水筒を持たせてください。

