令和4年 3月 献立予定表

令和4年2月25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	火	雑穀ごはん　魚の和風マリネ 野菜のごま和え　牛乳	魚　牛乳 ちりめんじゃこ	白米　雑穀　砂糖 薄力粉　油　ごま	人参　玉ねぎ　ピーマン キャベツ　もやし　大葉	じゃこと大葉 のおにぎり	454
2	水	ごはん　スパニッシュオムレツ ブロッコリーサラダ トマトスープ　牛乳	卵　ベーコン　牛乳 とろけるチーズ	白米　じゃがいも　コーン　ごま　砂糖 マヨネーズ　ミックス粉　バター	キャベツ　きゅうり　ブロッコリー　人参 玉ねぎ　ほうれん草　トマト缶　えのき パセリ	マドレーヌ	596
3	木	**お楽しみメニュー①**	卵　牛乳	薄力粉　砂糖　バター		ココアクッキー	127
4	金	麦ごはん　チキン南蛮 野菜サラダ　牛乳	鶏もも肉　ベーコン　卵 牛乳　とろけるチーズ	白米　押麦　薄力粉　マヨネーズ 砂糖　ごま　油	キャベツ　きゅうり　人参　ピーマン 玉ねぎ　パセリ　ケチャップ	ピザ	572
5	土	クリームスパゲティ ミネストローネ	ベーコン　牛乳	スパゲティ麺　じゃがいも	しめじ　人参　玉ねぎ　パセリ ほうれん草　キャベツ　トマト缶	お菓子	409
7	月	ごはん　チキンカツ ポパイサラダ　コーンポタージュ	鶏ささみ　牛乳　かつお節 ちりめんじゃこ　かまぼこ	白米　薄力粉　パン粉　油　ごま油 マヨネーズ　砂糖　クリームコーン	キャベツ　ほうれん草　人参 玉ねぎ　パセリ　ケチャップ　枝豆	枝豆おかか おにぎり	517
8	火	ごはん　魚のマヨネーズ焼き 野菜のフレンチ和え　牛乳	魚　牛乳　卵	白米　マヨネーズ　クリームコーン 砂糖　油　薄力粉　バター	キャベツ　きゅうり　人参	シュークリーム	467
9	水	わかめごはん　スコップコロッケ みかんサラダ　牛乳	かつお節　わかめ　合挽肉 牛乳　クリームチーズ　卵	白米　砂糖　油　じゃがいも パン粉　薄力粉　バター	キャベツ　きゅうり　人参　みかん缶 玉ねぎ	チーズ饅頭	575
10	木	ごはん　鶏肉の唐揚げ 青菜とコーンのごま和え 春雨スープ	鶏もも肉　卵	白米　薄力粉　コーン　ごま 春雨　ごま油	キャベツ　ほうれん草　人参　しょうが 白菜　長ねぎ　干椎茸　にんにく	卵おにぎり	519
11	金	**サンドイッチデー**	鶏挽肉	白米		そぼろおにぎり	124
12	土	**成長展**					
14	月	ごはん　タンドリーチキン もぐもぐゴンボー　牛乳	鶏もも肉　ハム　ヨーグルト ちりめんじゃこ　牛乳	白米　マヨネーズ　コーンフレーク バター　マシュマロ	ごぼう　きゅうり　人参 ケチャップ	コーンフレーク バー	538
15	火	**お楽しみメニュー②**	牛乳　きな粉	片栗粉　砂糖		ミルクくずもち	106
16	水	**お弁当デー　　お別れ遠足**	塩昆布	白米		塩昆布おにぎり	109
17	木	**お楽しみメニュー③**		砂糖	オレンジジュース　みかん缶	オレンジゼリー	83
18	金	牛肉丼　牛乳 野菜のじゃこ和え　　**卒園式**	牛小間　ちりめんじゃこ 牛乳　ツナ	白米　砂糖　コーン	キャベツ　ほうれん草　人参 玉ねぎ　長ねぎ　干椎茸	ツナとコーンの おにぎり	661
19	土	肉うどん 野菜とチーズのサラダ	牛小間　ダイスチーズ	うどん　油	玉ねぎ　人参　干椎茸　長ねぎ キャベツ　きゅうり	お菓子	472
21	月	**春分の日**					
22	火	ごはん　鶏レバーの甘辛煮 炒めビーフン　すまし汁	鶏レバー　かまぼこ 卵　牛乳　ダイスチーズ	白米　砂糖　ビーフン 薄力粉　黒ごま	キャベツ　人参　ピーマン　玉ねぎ ほうれん草　えのき	黒ごまチーズ スティック	474
23	水	スパゲティミートソース キャベツとツナのサラダ　牛乳	合挽肉　ツナ　牛乳 鮭フレーク　わかめ	スパゲティ麺　マヨネーズ 白米　砂糖	人参　玉ねぎ　ピーマン　トマトピューレ ケチャップ　キャベツ　きゅうり	鮭とわかめの おにぎり	621
24	木	ごはん　魚のパン粉焼き 大根のうめサラダ　牛乳　　**修了式**	魚　牛乳　卵 スキムミルク	白米　マヨネーズ　パン粉　砂糖 油　ミックス粉　バター　チョコチップ	大根　きゅうり　人参　梅	チョコチップ スコーン	595
25	金	麦ごはん　照り焼きチキン 野菜の甘酢和え　コンソメスープ	鶏もも肉　ベーコン	白米　押麦　砂糖 麩　バター	キャベツ　きゅうり　人参 にんにく　玉ねぎ　パセリ	麩のラスク	483
26	土	ハヤシライス 野菜と蒸し鶏のサラダ	牛小間　鶏むね肉	白米　油	キャベツ　きゅうり　人参 玉ねぎ　グリンピース　トマトピューレ	お菓子	518
28	月	ごはん　油淋鶏 野菜の中華和え	鶏もも肉　牛乳 粉チーズ	白米　片栗粉　油　ごま　砂糖 ごま油　白玉粉	キャベツ　きゅうり　人参 長ねぎ　しょうが　しょうが	もちもち チーズパン	538
29	火	雑穀ごはん　魚の照り焼き 納豆和え　豆腐とわかめの味噌汁	魚　絹豆腐　納豆　味噌 油揚げ　かつお節　わかめ クリームチーズ	白米　雑穀　砂糖	キャベツ　ほうれん草　人参 玉ねぎ　にんにく	おかかチーズ おにぎり	454
30	水	パン　ポークビーンズ　牛乳 ブロッコリーのごまドレ和え	豚小間　大豆　牛乳 卵	パン　じゃがいも　ごま　砂糖　油 薄力粉　バター	キャベツ　ブロッコリー　きゅうり　人参 トマト缶　トマトピューレ　グリンピース 玉ねぎ　マーマレードジャム	マーマレード スコーン	626
31	木	麦ごはん　豚肉の生姜焼き 野菜のおかか和え　牛乳	豚小間　かつお節　牛乳 卵　ヨーグルト	白米　押麦　砂糖 薄力粉　バター	キャベツ　もやし　人参 玉ねぎ　しょうが　ブルーベリージャム	ヨーグルトブルー ベリーケーキ	568

※材料はすべて（昼食・おやつ）一緒に表示してあります。

●主な食材だけ表示してあります。　　●献立および食材は変更する場合もあります。

ゆりぐみさんに人気のメニュー

　卒園前のゆり組さんに、好きなランチとおやつをリクエストしてもらい、今月の献立に入れてみました♪わかめごはん、からあげ、スパニッシュオムレツ、春雨スープ、ブロッコリーサラダ、ピザ、おにぎりなど、主食、主菜、副菜、汁物、それぞれにたくさんのメニューがありました。また、お楽しみメニューにも、メニューディレクターさんの考えた好きなメニューが入るのでお楽しみに！

お弁当デー

今月のお弁当デーは、
3月16 日（水）です。
お弁当、水筒、お箸セットの
用意をお願いします。