

平成30年



3月 給食献立表



日	曜	昼 食	お や つ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をとのえる	エネルギー
1	木	麻婆豆腐 焼ししゃもりんご	粉乳 ★お芋クッキー	豚ひき肉・絹ごし豆腐・麦みそししゃも、脱脂粉乳・鶏卵	車糖・かたくり粉・ごま油 ホットケーキミックス・無塩バター さつまいも	にんじん・たまねぎ・たけのこ・生しいたげ こまつな・しょうが・スナップえんどう・りんご	441kcal 24.8g
2	金	野菜の豆乳シチュー チキンナゲット いちご (ひなあられ、カルピス)	麦茶 ★桜餅 ぜんべい	カルピス・鶏もも・ベーコン グリコ カル鉄牛乳・豆乳・鶏ひき肉 木綿豆腐・鶏卵・こしあん	ひなあられ・じゃがいも・上新粉 かたくり粉・なたね油・米 甘辛せんべい	にんじん・大根・ブロッコリー・たまねぎ 西洋かぼちゃ・ほんしめじ・にんにく しょうが・いちご・桜の葉塩漬	458kcal 18.7g
3	土	春雨と肉団子のスープ もずく パナナ	牛乳 南瓜マフィン	豚ひき肉・鶏卵・普通牛乳	かたくり粉・じゃがいも 緑豆はるさめ・なたね油 お米DE南瓜マフィン	しょうが・れんこん・はくさい・にんじん たまねぎ・えのきたけ・根深ねぎ トウモロコシ・おきなわもずく・パナナ	431kcal 16.5g
5	月	肉じゃが 岩手揚げ オレンジ	粉乳 ★英国風パンプディング	豚ばら・豚かた・煮しかまぼこ うずら卵水蒸し・たいず水蒸し 鶏卵・脱脂粉乳・カル鉄牛乳	じゃがいも・車糖・なたね油・薄力粉 食パン・りんごジャム	たまねぎ・にんじん・グリーンピース ほしひじき・西洋かぼちゃ オレンジ・パイナップル缶詰	455kcal 20.7g
6	火	【お別れ会・お誕生会】 アンパンマンライス ハンバーグ スパソテー フライドポテト トンプソ フルーツゼリー トンプソ 青さと豆腐のすまし汁	麦茶 ショートケーキ	豚ひき肉・魚肉ソーセージ ハンバーグ 南給・ベーコン 木綿豆腐・煮しかまぼこ・煮干し	なたね油・スパゲティ フライドポテト・車糖・ショートケーキ	にんじん・たまねぎ・ミニトマト のりのつくだ煮・青ピーマン・みかん飲料 寒天・ぶどう・あおさ・こねぎ・えのきたけ	
7	水	白身魚のカレームニエル リヨネーズポテト ミニマト りんごゼリー 大根とわかめのスープ	粉乳 ★ソーセージ蒸しパン	まだい・ベーコン・木綿豆腐・煮干し 脱脂粉乳・ウイナー・鶏卵 カル鉄牛乳	薄力粉・無塩バター・じゃがいも すりおろしりんごゼリー ホットケーキミックス・ごま油	しょうが・たまねぎ・スナップえんどう ミニマト・大根・わかめ・こねぎ・葉ねぎ	446kcal 25.7g
8	木	田舎汁 コーンコロック りんご	麦茶 ★焼おにぎり ★いりこのかりかり	豚かた・厚揚げ・さつま揚げ・麦みそ かつお削り・煮干し	さといも・じゃがいも・なたね油 コロック・米・ごま油・車糖・ごま	大根・にんじん・たまねぎ・こねぎ・ごぼろ りんご・塩昆布	453kcal 18.9g
9	金	味噌チキンカツ 大根サラダ ミニマト トンプソ 押し麦スープ	粉乳 ★焼きカレーパン	鶏むね・鶏卵・麦みそ・脱脂粉乳 カル鉄牛乳・豚ひき肉	薄力粉・パン粉・なたね油・車糖 ごま・かたくり粉・押麦 ホットケーキミックス	大根・スイートコーン・にんじん・こまつな きゅうり・ミニトマト・ぶどう・たまねぎ えのきたけ・だいずもやし・葉ねぎ	448kcal 25.2g
10	土	カレーうどん りんご 納豆	牛乳 ココアワッフル	豚かた・油揚げ・かつお節 糸引き納豆・普通牛乳	うどん・車糖・ココアワッフル	にんじん・たまねぎ・ごぼろ・えのきたけ こまつな・こねぎ・ま昆布・りんご	455kcal 18.7g
12	月	豚汁 季節のがね オレンジ	ジョア ★ジャムサンド	豚かた・木綿豆腐・油揚げ・麦みそ ネイフリーム	さつまいも・さといも・じゃがいも なたね油・薄力粉・上新粉・ジョア 食パン・いちごジャム	大根・にんじん・たまねぎ・こねぎ・ごぼろ ほんしめじ・たけのこ・スナップえんどう キャベツ・西洋かぼちゃ オレンジ	440kcal 18.5g
13	火	マカロニグラタン パナナ	粉乳 ★さつまぼうろ	鶏もも・ベーコン カル鉄牛乳 脱脂粉乳 エメンタルチーズ・鶏卵・木綿豆腐	マカロニ・スパゲティ・無塩バター 薄力粉・なたね油・かたくり粉・重曹 車糖・ごま油	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー スイートコーン・こまつな・えのきたけ・パナナ	455kcal 21.1g
14	水	きびごの唐揚げ 春雨の酢の物 いちご 南瓜のみそ汁	粉乳 たご焼き	きびご・煮しかまぼこ・鶏卵 油揚げ・麦みそ・煮干し・脱脂粉乳 かつお節・絹ごし豆腐	かたくり粉・なたね油・緑豆はるさめ 車糖・ごま油・たご焼き・米粉	しょうが・きゅうり・和種なばな・にんじん こまつな・わかめ・りんご・ミニマト いちご・西洋かぼちゃ・だいずもやし・葱・青のり	455kcal 23.1g
15	木	筑前煮 納豆和え オレンジ	粉乳 ★サターアンダギー	鶏もも・高野豆腐・厚揚げ 糸引き納豆・しらす干し・鶏卵 脱脂粉乳・カル鉄牛乳	さといも・なたね油・車糖・ごま ごま油・ホットケーキミックス・無塩バター	にんじん・さいりげん・たけのこ 生しいたけ・大根・ごぼろ・こまつな えのきたけ・オレンジ	447kcal 25.8g
16	金	春野菜のコロッケ カレーパスタ ミニマト ももゼリー もずくと白菜のスープ	粉乳 ★きな粉トースト	豚ひき肉・鶏卵・ベーコン 絹ごし豆腐・脱脂粉乳・きな粉	じゃがいも・パン粉・薄力粉 なたね油・スパゲティ すりおろしゼリー・チーズ 食パン・車糖・無塩バター	たまねぎ・青ピーマン・ミニマト おきなわもずく・はくさい・トウモロコシ	462kcal 20.0g
17	土	焼きそば ふりかけ 厚揚げしめじのみそ汁 オレンジ	牛乳 チョコパン	豚かた・豚ばら・しらす干し かつお節・厚揚げ・麦みそ・煮干し 普通牛乳	中華めん・ごま・チョコパン	にんじん・たまねぎ・こまつな・青ピーマン キャベツ・りょうとうもやし・生しいたけ あおのり・ほんしめじ・大根・こねぎ オレンジ	461kcal 20.9g
19	月	鶏の唐揚げ じゃがいも ミニマト 春雨スープ ゼリー	粉乳 ★フランクソテー	鶏もも・鶏卵・脱脂粉乳 フランクソテー	かたくり粉・なたね油・じゃがいも フランクソテー すりおろしりんごゼリー	しょうが・にんにく・きゅうり・にんじん スイートコーン・たまねぎ・ミニマト・トウモロコシ えのきたけ	449kcal 22.4g
20	火	醤油スパゲティ 南瓜とうす揚げのみそ汁 味付海苔 オレンジ	粉乳 ★苺のパンケーキ	豚ばら・油揚げ・絹ごし豆腐・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・鶏卵 カル鉄牛乳・ホイップクリーム	マカロニ・スパゲティ・薄力粉	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・こまつな 生しいたけ・えのきたけ・西洋かぼちゃ・わかめ こねぎ・味付けのり・オレンジ・いちご・ぶどう	452kcal 21.9g
22	木	魚のあげほの焼き 中華風酢の物 里芋とわかめのスープ ミニマト トンプソ	粉乳 ★スイートポテト	まだい・ハルメザンチーズ・鶏卵 煮干し・脱脂粉乳 カル鉄牛乳・鶏卵・クリーム	緑豆はるさめ・車糖・ごま油・ごま さといも・さつまいも・無塩バター	しょうが・にんじん・スナップえんどう りょうとうもやし・こまつな・切干しいんご ミニマト・カットわかめ・大根・こねぎ ぶどう	453kcal 22.3g
23	金	チーズハンバーグ ミモザサラダ ミニマト 青さとまよしのスープ オレンジ	ヨーグルト 蒸しケーキ	豚ひき肉・プロセスチーズ 木綿豆腐・鶏卵・ロースハム 絹ごし豆腐・煮干し	パン粉・車糖・マカロニ 元氣ヨーグルト・蒸しケーキ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・きゅうり スイートコーン缶詰・ブロッコリー・ミニマト あおさ・だいずもやし・パレンシアオレンジ	457kcal 22.7g
24	土	<卒園式> ハヤシライス スパゲティサラダ いちご	牛乳 とどやき	豚かた・牛かた・鶏卵・ボンレスハム 普通牛乳	じゃがいも・なたね油 スパゲティ・とどやき	にんじん・たまねぎ・グリーンピース きゅうり・スイートコーン缶詰・切干しいんご いちご	438kcal 17.9g
26	月	肉豆腐 いわし揚げ パナナ	粉乳 ★おやつかりんとう	牛かた・豚ばら・焼き豆腐 さつま揚げ・脱脂粉乳・鶏卵 カル鉄牛乳	車糖・なたね油・薄力粉	はくさい・にんじん・こまつな デンゲンサイ・たまねぎ・生しいたけ パナナ	454kcal 22.4g
27	火	豚肉と野菜のみそ煮 白身魚のフライ オレンジ	粉乳 ★ビスケット	豚かた・ロース・厚揚げ うずら卵水蒸し・煮しかまぼこ 麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵	さといも・じゃがいも・車糖・なたね油 白身フライ・薄力粉・無塩バター	にんじん・大根・ごぼろ・さいりげん パレンシアオレンジ	457kcal 24.3g
28	水	ぶりの塩焼きおろしかけ ひじきとささみの和え物 ミニマト トンプソ カレースープ	粉乳 ★メロンパントースト	ぶり・さき身・豚ひき肉・脱脂粉乳	車糖・マカロニ・食パン 薄力粉・無塩バター	しょうが・大根・りんご・ほしひじき きゅうり・キャベツ・にんじん・こまつな スイートコーン缶詰・ミニマト・ぶどう 西洋かぼちゃ・たまねぎ・にら	454kcal 25.2g
29	木	ヒレカツ きんぴらごぼろ ミニマト バイン缶 豆腐とチンゲン菜のスープ	粉乳 ★ポテトもち	豚ヒレ・鶏卵・豚かた・油揚げ 木綿豆腐・脱脂粉乳	薄力粉・パン粉・なたね油・車糖 ごぼろ・緑豆はるさめ・ごま油 じゃがいも・かたくり粉	ごぼろ・にんじん・たまねぎ・ほんしめじ こまつな・ミニマト・チンゲンサイ パイナップル缶詰	446kcal 27.6g
30	金	醤油ラーメン 野菜の塩昆布和え パナナ	粉乳 プリン	豚かた・ロース・鶏卵・脱脂粉乳	中華めん・車糖・とりがら・ぶたがら なたね油・ごま油・ごま オスターパディング	しょうが・にんにく・りょうとうもやし・こまつな にんじん・キャベツ・たまねぎ・こねぎ・塩昆布 スイートコーン缶詰・切干しいんご・きゅうり・パナナ	425kcal 24.8g

6日(火)・お別れ会・おたんじょう会～ お米を0.5合持たせてください。

24日(土)・卒園式～ひまわり組(お祝い菓子) もも、うめ、さくら、たんぼぼ、すみれ組は、通常通り給食があります。

30日(金)・修園式～通常通り給食があります。 もも、うめ、さくら、たんぼぼ、すみれ組は、お祝い菓子があります。

🌸 今月は、ひまわり組のリクエストメニューで献立を作っています。



一年間を振り返って

園では4月から野菜を植えて収穫したり、収穫したものを使って料理をして、みんなで食べたりしてきました。興味津々だった子どもたちも後半には自信をつけ、いろいろとできたことを自慢げに報告してくれるようになりました。小さいクラスのお友達も毎日調理室の窓をのぞき込んでおしゃべりしていた姿から、今では少し大きくなって手を振ってお話してくれるようになりました。一年経ち、子どもの成長に驚かされる3月です。

