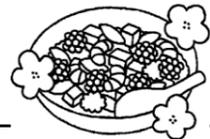




3がつのこんだてひょう



2023年03月

しろま保育園

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 水	3月は桃の花が咲く季節で、3日は「桃の節句」と呼ばれています。3日は誕生日会です。ちらし寿司でお祝いします	牛乳 ビスケット 鮭のコーンフレーク焼き ゆかり和え ワンタンスープ	マヨネーズ、コーンフレーク	牛乳 銀鮭、粉チーズ	キャベツ、きゅうり、にんじん もやし、ねぎ、チンゲン菜、にんじん、竹の子	ビスケット 酒、白こしょう ゆかり粉、しょうゆ(うすくち) しょうゆ(うすくち)、中華スープ、食塩
13 月		牛乳 レモンラスク	フランスパン、きび砂糖	牛乳 バター、脱脂粉乳	レモン果汁	
02 木	2日に年長さんは小学校と同じようにビン牛乳が給食につきます。	牛乳 せんべい ポークカレー 海藻サラダ	じゃがいも、小麦粉、油	豚肉、バター、牛乳 ツナ水煮	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが キャベツ、コーン、わかめ、かんてん	せんべい 酢、食塩、白こしょう
14 火	こぼさないように飲むうね。 	ミニゼリー (2日:年長児 牛乳) お茶 紫米おにぎり	米、紫米	牛乳 しらす干し、白ごま		ミニゼリー お茶 野沢菜ふりかけ
06 月	15日16日は年長さんのリクエストメニューですが、少数意見は他の日の献立にいれてあります。ゆかり和え、	ヨーグルト 鶏のレモン風味 納豆和え もずくの味噌汁	微細米粉、油、きび砂糖	鶏もも肉 挽きわり納豆、かつお節 油揚げ、味噌	レモン果汁 キャベツ、にんじん、なばな はくさい、もずく、ねぎ	しょうゆ、酒、白こしょう、食塩 しょうゆ 煮干し
07 火	納豆あえ、ラーメン 海藻サラダなど献立に入れてみました。みんなで楽しく食べようね。	牛乳 ごまビスケット ハンバーグ コールスローサラダ すりごま入り味噌汁	片栗粉、きび砂糖 油 さといも	牛乳 豚ひき肉 ハム 味噌、油揚げ、すりごま	牛乳 牛乳、卵、バター	ごまビスケット ケチャップ、中濃ソース、食塩、こしょう 酢、食塩、こしょう 白こしょう
08 水	8日は年中さんのおやつやさんが開店します。どんなおやつかな？楽しみですね。	牛乳 クラッカー 肉じゃが ひじきのツナ佃煮 かき玉汁	じゃがいも、しらたき、きび砂糖 きび砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉 ツナ水煮、白ごま 卵	たまねぎ、にんじん、スナップえんどう にんじん、ひじき こまつな	クラッカー しょうゆ、酒、本みりん、かつおだし汁 しょうゆ、本みりん、酒 しょうゆ、食塩、かつおだし
17 金		8日おやつやさん 17日ヨーグルト和え	砂糖	ヨーグルト(無糖)	バナナ、もも缶、みかん缶	
09 木	9日は献立検討会があります。	牛乳 バナナ		牛乳	バナナ	
20 月	20日は「春のお彼岸」にちなんで、ぼたもちがおやつに出ます。	さばの塩焼き さつまいものにんじんサラダ ABCマカロニスープ	さつまいも、マヨネーズ マカロニ	さば ベーコン	にんじん、きゅうり キャベツ、にんじん、たまねぎ	食塩 食塩 コンソメ、しょうゆ(うすくち)、食塩
10 金	よくかんで食べようね 	9日ヨーグルト 20日牛乳、ぼたもち	もち米、米	ヨーグルト(加糖) 牛乳、つぶあん		
22 水	季節の献立の日 年長さん卒園お祝いメニューです。 *年長さん* *ご卒園おめでとうございます*	牛乳 りんご ウィンナーのケチャップ和え パリパリサラダ ミニトマト けんちん汁	ワンタンの皮、油、ごま油 ごま油	牛乳 ウインナー	りんご もやし、きゅうり、キャベツ、にんじん、ひじき ミニトマト だいこん、ごぼう、ねぎ、にんじん	ケチャップ しょうゆ、酢 しょうゆ、かつおだし、食塩
23 木	軽食を食べて半日降園です。	牛乳 たまごボーロ お赤飯 鶏肉の春ドレッシング キャベツの香り漬け すまし汁 果物 ジョア せんべい	もち米、米 微細米粉、オリーブ油、きび砂糖 きび砂糖	牛乳 バター 牛乳	あずき(ゆで) 鶏もも肉 白ごま 木綿豆腐、かまぼこ ジョア	たまごボーロ 甘納豆、食塩、酒 酢、しょうゆ、酒、食塩、パセリ粉、白こしょう 食塩 しょうゆ(うすくち)、かつおだし せんべい
		ゼリー 五目ラーメン 果物	中華めん、ごま油	豚ひき肉、なると	もやし、チンゲン菜、コーン缶、ねぎ、にんにく、しょうが バナナ	中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩、こしょう



3日(金) 誕生日会 白ごはんはいりません
 15日(水) お別れ会 //
 16日(木) お別れ会 //
 22日(水) 季節の献立の日 //
 23日(木) 軽食を食べて半日降園です //

一年間ありがとうございました

*献立は変更になる場合があります。