



3月予定献立



今月の献立にはくじら・うちゅう組のリクエストメニューが入っています。
(☆印がついているもの)

2017年3月
風の子第二保育園

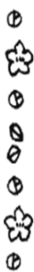
日	曜日	午前のおやつ	主食	おかず	主な材料	午後のおやつ	
1	15	水	大根	ごはん	☆マーボー豆腐 ブロッコリー添え ささみのゴマドレサラダ かき玉汁	豆腐 豚ひき肉 ネギ にんじん 生椎茸 ブロッコリー ささみ キャベツ もやし きゅうり ゴマ トマト <卵 ネギ えのき>	ツナのごはん(米 ツナ しめじ 舞茸 にんじん) ほうれん草の煮浸し 昆布
2				2日 誕生会メニュー			
	16	木	豆乳ドリンク	ごはん	鉄骨揚げ 即席漬け 大根のそぼろ煮 味噌汁	豚レバー 片栗粉 ゴマ キャベツ きゅうり にんじん 塩昆布 大根 鶏ひき肉 <じゃが芋 玉ねぎ ワカメ>	焼きそば(中華麺 豚肉 白菜 もやし にんじん) するめ
3				3日 ひな祭りメニュー			
	17	金	じゃが芋	菜めし	鮭の塩麹焼き かぶの甘酢漬け 豚肉と白菜の炒め煮 味噌汁	鮭 塩麹 かぶ かぶの葉 豚肉 白菜 ネギ にんじん しめじ <キャベツ もやし 油揚げ>	ぼた餅(もち米 小豆) 小松菜の煮浸し 昆布
4		土	干し芋	ごはん	鶏肉の味噌焼き ワカメとツナの酢の物 かき玉汁	鶏肉 ワカメ ツナ にんじん きゅうり <卵 えのき ほうれん草>	
	18			18日 卒園式			
6		月	大根	ごはん	白身魚のピカタ キャベツサラダ 五目きんぴら 味噌汁	カレイ 小麦粉 卵 キャベツ ブロッコリー ハム ごぼう れんこん にんじん さつま揚げ 糸こんにゃく <えのき 豆腐 ほうれん草>	三色ごはん(米 豚ひき肉 卵 小松菜 もやし) 昆布
7	21	火	豆乳ドリンク	ごはん	チキン南蛮 野菜添え ☆ひじきの煮物 味噌汁	鶏肉 片栗粉 卵 玉ねぎ マヨネーズ レタス きゅうり ひじき にんじん 油揚げ 糸こんにゃく <麩 ネギ ワカメ>	さつま芋餅(さつま芋 片栗粉) かぶの即席漬け 煮干し
8	22	水	干し芋	菜めし	豚肉と野菜のホイル包み焼き こんにゃくとごぼうのおかか煮 白菜サラダ 味噌汁	豚肉 玉ねぎ 舞茸 にんじん こんにゃく ごぼう 鯉節 白菜 にんじん きゅうり ハム <かぶ もやし 油揚げ>	じゃこネギごはん(米 じゃこ ネギ ゴマ) ほうれん草の煮浸し 昆布
	23	木	じゃが芋	23日 お別れ昼食会メニュー			☆焼きうどん(うどん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん 鯉節) 煮干し
9				ごはん	しゅうまい 大豆もやしの和え物 厚揚げとニラの卵とじ 味噌汁	豚ひき肉 玉ねぎ しゅうまいの皮 大豆もやし にんじん きゅうり 油揚げ 厚揚げ ニラ 卵 <白菜 もやし しめじ>	ささみのゴマ揚げ(ささみ 小麦粉 ゴマ) キャベツの即席漬け 昆布
	24	金	豆乳ドリンク	10日 卒園祝いメニュー			たまはむごはん(米 卵 ハム ネギ) ブロッコリー 昆布
11		土	干し芋	ごはん	豆腐ハンバーグきのこソース ブロッコリー添え 味噌汁	牛豚合ひき肉 豆腐 玉ねぎ 卵 パン粉 しめじ ブロッコリー <キャベツ しめじ>	
	25			ごはん	鮭の照り焼き マカロニサラダ 味噌汁	鮭 マカロニ きゅうり ハム マヨネーズ <じゃが芋 玉ねぎ ワカメ>	
13	27	月	豆乳ドリンク	ごはん	☆豚カツ 千切り野菜添え ☆刻み昆布の煮物 味噌汁	豚ヒレ肉 卵 パン粉 小麦粉 キャベツ きゅうり 刻み昆布 にんじん さつま揚げ 糸こんにゃく <なめこ 豆腐 ネギ>	☆味噌焼きおにぎり(米) 大根の即席漬け 煮干し
14	28	火	干し芋	ごはん	かじきの梅しようゆ焼き 青菜のゴマ和え 高野豆腐の煮物 ☆豚汁	かじき 梅干し 小松菜 もやし 油揚げ ゴマ 高野豆腐 にんじん 干し椎茸 <豚肉 じゃが芋 大根 にんじん ごぼう ネギ こんにゃく>	☆みたらし団子(上新粉) ブロッコリー 煮干し

麦茶は食事時ほか必要に応じておだししています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

2日(木) 誕生会メニュー(バイキング)

- ・ワカメごはん(米 ワカメ)
- ・鶏肉の混ぜごはん
(米 鶏肉 にんじん 油揚げ こんにゃく)
- ☆野菜ハンバーグ
(牛豚ひき肉 玉ねぎ じゃが芋 にんじん 卵 パン粉)
- ・卵焼き (卵 ほうれん草)
- ・ウインナー
- ☆海老とブロッコリーのサラダ
(海老 ブロッコリー レタス 卵 にんじん マヨネーズ)
- ・野菜添え いよかん りんご
- おやつ
- ・飾りごはん(油揚げ 絹さや にんじん)
- ・昆布



3日(金) ひな祭りメニュー

- ・ちらし寿司 (米 卵 れんこん かんぴょう
干椎茸 絹さや 桜でんぶ 海苔)
- ☆さつま芋のかき揚げ
(さつま芋 玉ねぎ にんじん 干し海老
卵 小麦粉)
- ・菜の花のゴマ和え(菜の花 小松菜 ゴマ)
- ・はまぐりの潮汁 (はまぐり 花麩)
- ・いちご
- おやつ
- ・さくら餅(道明寺粉 小豆)
- ・かぶの即席漬け
- ・煮干し



10日(金) 卒園祝いメニュー

- ・お赤飯 (もち米 ささげ ゴマ塩)
- ・さわらの味噌焼き(さわら)
- ・菜の花和え (菜の花 もやし にんじん 卵)
- ・けんちん汁(豚肉 里芋 大根 にんじん
ごぼう ネギ こんにゃく)
- ・フルーツ寒天(寒天 デコポン いちご)



23日(木) お別れ昼食会メニュー

- ・おにぎり (米 ワカメ おかか)
- ☆鶏の唐揚げ
- ・スナッペンどう
- ・小江戸汁(豚肉 さつま芋
大根 にんじん ネギ こんにゃく しめじ)
- ・いちご



※おにぎりはぎんが組が作ります。