



3月のよていこんだて

2018年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 金	昼食 (1日)	チキンカレーライス 大根サラダ	米、じゃがいも、油、マーガリン	鶏肉 ツナ缶	人参、玉ねぎ、小松菜 大根、人参、きゅうり	カレールー、ウスターソース 青じそドレッシング
	昼食 (15日)	中華丼 ワンタンスープ	米、片栗粉 ワンタン、油	豚肉、かまぼこ	白菜、玉ねぎ、人参、きくらげ、しょうが 玉ねぎ、チンゲン菜	シャンタン、塩こしょう、しょうゆ、酒 シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	にゅうめん 牛乳	そうめん	ささみ 牛乳	きゅうり	だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
2 16 土	昼食	ナポリタン コンソメスープ	スパゲティ、油、砂糖 じゃがいも、油	ポークピッツ	玉ねぎ、ピーマン 玉ねぎ、人参	ケチャップ、コンソメ コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
4 18 月	昼食	菜の花ごはん しょうが焼き 白菜のみそ汁	米 砂糖、油	卵 豚肉 油揚げ、みそ	菜の花 玉ねぎ、人参、小松菜、パプリカ、しょうが 白菜、玉ねぎ、人参	塩 しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
5 19 火	昼食	パン ミートボール ナムル コーンスープ	パン、ジャム 片栗粉、油 ごま、ごま油、砂糖 小麦粉、マーガリン、油	合い挽きミンチ、レバー 牛乳、スキムミルク	玉ねぎ、しょうが もやし、ほうれん草、人参 コーンクリーム缶、コーン缶、玉ねぎ、パセリ	ケチャップ、塩こしょう、酒 塩、酢、しょうゆ コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	いなり寿司	米、ごま、砂糖	鮭フレーク、いなりあげ	人参、きゅうり	酢、塩
6 20 水	昼食	ごはん 魚のカレー風味揚げ ひじきサラダ かぼちゃのみそ汁	米 砂糖、小麦粉、油 マヨネーズ、砂糖	魚 ちくわ みそ	ひじき、人参、ブロッコリー かぼちゃ、玉ねぎ、えのき、ねぎ	カレー粉、塩こしょう、酒 しょうゆ、酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ぜんざい 牛乳	さつまいも、(幼児:白玉粉)、砂糖	小豆、豆腐 牛乳		塩
7 木	昼食	ごはん 鶏肉のおろし煮 青菜のポン酢和え 豆腐のみそ汁	米 片栗粉、砂糖 砂糖	鶏肉 ちりめんじゃこ 豆腐、みそ	大根 ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、わかめ	しょうゆ、塩、みりん、酒、だしパック ポン酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	チーズトースト 牛乳	食パン	ハム 牛乳	チーズ	
22 金	昼食	焼きそば 中華スープ くだもの	中華麺、油 ごま、ごま油	豚肉、かつお節 卵	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、青のり 玉ねぎ、白菜、わかめ くだもの	ソース、酒、塩こしょう シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	きなこドーナツ 牛乳	ホットケーキ、砂糖、油	きなこ、卵、牛乳 牛乳		塩
9 土	昼食	二色ごはん みそ汁	米、油、砂糖 じゃがいも	鶏ミンチ みそ	人参 玉ねぎ、小松菜	塩、しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
11 25 月	昼食	ごはん ホイコーロー ほうれん草のすまし汁	米 砂糖、油	豚肉、赤みそ、みそ	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン ほうれん草、玉ねぎ、人参、昆布	しょうゆ、みりん、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	スティックパン くだもの 牛乳	スティックパン	牛乳	くだもの	
12 26 火	昼食	パン チキンカツ 青菜のソテー もやしスープ	パン、ジャム パン粉、小麦粉、油、マヨネーズ 油、マーガリン 油	鶏肉、卵	小松菜、ほうれん草、人参、エリンギ、コーン缶 もやし、人参、玉ねぎ	塩こしょう、ケチャップ コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	お好み焼き 牛乳	お好み焼き粉、油	豚ミンチ、卵、かつお節 牛乳	キャベツ、ねぎ	ソース
13 27 水	昼食	ごはん 魚の塩焼き 高野豆腐の炊き合わせ もずくのみそ汁	米 高野豆腐、砂糖 麩	魚 みそ	人参、しいたけ、いんげん もずく、玉ねぎ、人参	塩、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ほうじ茶クッキー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		お茶の葉、ベーキングパウダー

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

* 毎週月曜日・・・礼拝 毎週木曜日・・・体育あそび

* 3/8(金)お誕生会 メニュー:ミートスパゲティ、エビフライ、添え野菜、オニオンスープ、くだもの (おやつ)カップケーキ、牛乳

* 3/14(木)おわかれパーティー メニュー:ハヤシライス、フレンチサラダ (おやつ)サモサ、牛乳

* 3/23(土)卒園式(家庭保育・療育にご協力ください)

* 3/27(水)終業礼拝

* 3/28(木)～30(土)空の鳥年度末休園日、野の百合希望保育(新年度準備のため、家庭保育にご協力ください)

