

平成29年度 3月献立表

さかえ保育所

日	曜日	献立名	3時のおやつ	主要材料名			
				血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	
ひな祭り会	1 木	ごはん 大豆のかみかみ揚げ みそ汁・フルーツ	クラッカーサンド 牛乳	大豆 ひじき 卵 みそ 油揚げ 牛乳	米 小麦粉 さつま芋 苺ジャム マーメイド クラッカー	ごぼう いんげん 人参 玉葱 大根 白菜 ねぎ	
	2 金	ちらし寿司 菜の花のお浸し すまし汁・フルーツ	イチゴ大福 カルピス	卵 のり えび かまぼこ かつお節 ちくわ わかめ カルピス	米 お麩 白玉粉 こしあん	干しいたけ れんこん 人参 いんげん 菜ばな えのき茸 ねぎ きゃべつ いちご	
	3 土	焼きそば カレーポテト フルーツ	お菓子 牛乳	青のり 豚肉 牛乳	中華麺 じゃが芋	人参 ピーマン 玉葱 きゃべつ	
誕生日会	5 月	食パン・フルーツ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ	みかんゼリー 牛乳	大豆 豚肉 ツナ 粉寒天 牛乳	食パン じゃが芋	人参 玉葱 グリーンピース コーン ブロッコリー きゃべつ オレンジ	
	6 火	ごはん・フルーツ 吉野煮 キャベツとわかめの酢の物	さつま芋とりんごの甘露煮 牛乳	鶏肉 生揚げ わかめ 牛乳	米 片栗粉 じゃが芋 板こんにやく さつま芋	大根 人参 れんこん コーン いんげん きゃべつ りんご	
	7 水	バターロール 豆腐ナゲット ワカメスープ・フルーツ	お菓子 いりこ 牛乳	鶏肉 豆腐 卵 わかめ いりこ 牛乳	バターロール パン粉	もやし 人参 玉葱 ねぎ	
お別れ遠足	8 木	ごはん 鯖の塩焼き 春雨サラダ・フルーツ	りんごのフリッター 牛乳	鯖 ツナ 豆腐 牛乳	米 春雨 マヨネーズ ホットケーキミックス	きゅうり 人参 コーン りんご	
	9 金	ポークカレー フルーツ	ケーキ(いちご) 牛乳	豚肉 卵 生クリーム 牛乳	米 じゃが芋 バター 小麦粉	人参 玉葱 グリーンピース いちご	
	10 土	煮込み風うどん キャベツの甘酢和え フルーツ	お菓子 牛乳	鶏肉 卵 かまぼこ 牛乳	うどん	玉葱 人参 ほうれん草 きゃべつ	
終了式	12 月	わかめごはん 凍り豆腐の炒め煮 マカロニサラダ・フルーツ	フライドポテト 牛乳	凍り豆腐 えび 昆布 わかめ ツナ 青のり 牛乳	米 片栗粉 マカロニ マヨネーズ じゃが芋	人参 しめじ いんげん コーン きゃべつ きゅうり	
	13 火	ごはん 麻婆白菜 パンサンデー・フルーツ	マーブルケーキ いりこ 牛乳	豚肉 みそ ちくわ 豆腐 卵 かまぼこ いりこ 牛乳	米 ごま ごま油 片栗粉 春雨 バター ホットケーキミックス	玉葱 人参 白菜 なら きゅうり	
	14 水	ごはん 干草焼き みそ汁・フルーツ	あずき団子 牛乳	豚肉 牛肉 卵 豆腐 油揚げ みそ 牛乳	米 白玉粉 小豆缶	人参 玉葱 ピーマン 白菜 干しいたけ ねぎ	
卒園式(お弁当の日)	15 木	バターロール クリームシチュー ツナサラダ・フルーツ	フルーツ寒天 牛乳	豚肉 ツナ 粉寒天 牛乳	バターロール じゃが芋	玉葱 人参 しめじ コーン グリーンピース きゃべつ 小松菜 みかん缶 黄桃缶	
	16 金	食パン・フルーツ 魚のケチャップ煮 キャベツとコーンのサラダ	ヨーグルト	白身魚 ツナ ヨーグルト	食パン 片栗粉	玉葱 グリーンピース コーン きゃべつ 人参	
	17 土	みそラーメン キャベツのゆかり和え フルーツ	お菓子 牛乳	豚肉 かまぼこ みそ わかめ 牛乳	中華麺	玉葱 人参 もやし ねぎ コーン きゃべつ	
終了式	19 月	ゆかりごはん 豚肉の生姜焼き ジャーマンポテト・フルーツ	マヨコーントースト いりこ 牛乳	豚肉 ウインナー いりこ 牛乳	米 じゃが芋 食パン マヨネーズ	人参 玉葱 ピーマン しめじ 生姜 もやし パセリ コーン	
	20 火	食パン 鮭のマヨネーズ焼き もやしスープ・フルーツ	おはぎ 牛乳	鮭 わかめ きなこ 牛乳	食パン マヨネーズ 片栗粉 米 もち米 こしあん	もやし 人参 玉葱 なら きゃべつ パセリ	
	22 木	ごはん・フルーツ 生揚げのそぼろ煮 ほうれん草のお浸し	チーズ蒸しパン 牛乳	豚肉 牛肉 生揚げ しらす干し かつお節 チーズ 卵 牛乳	米 じゃが芋 ホットケーキミックス	人参 玉葱 生姜 いんげん ほうれん草 きゃべつ	
終了式	23 金	バターロール ミートボール 野菜スープ・フルーツ	ピーチヨーグルト	豚肉 牛肉 卵 わかめ ヨーグルト	バターロール パン粉 片栗粉	玉葱 人参 干しいたけ もやし きゃべつ パセリ 黄桃缶 バナナ	
	24 土	卒園式(お弁当の日)					
	26 月	赤飯 鶏の唐揚げ ポテトサラダ・フルーツ	ジャムサンド 牛乳	鶏肉 小豆 牛乳	米 もち米 食パン 小麦粉 マヨネーズ じゃが芋 苺ジャム 片栗粉	生姜 人参 きゅうり コーン	
終了式	27 火	ごはん 豚肉のみそ炒め 青菜のごま和え・フルーツ	ぶどうゼリー いりこ 牛乳	豚肉 みそ しらす干し いりこ 粉寒天 牛乳	米 ごま	きゃべつ 玉葱 人参 しめじ いんげん チンゲン菜 ぶどう	
	28 水	バターロール チキンチャップ フレンチサラダ・フルーツ	お麩ラスク 牛乳	鶏肉 ツナ 牛乳	バターロール お麩 バター	玉葱 人参 きゃべつ しめじ コーン きゅうり いんげん	
	29 木	ごはん 筑前煮 和風サラダ・フルーツ	揚げパン 牛乳	鶏肉 うずら卵 昆布 しらす干し わかめ 味付けロール	米 じゃが芋 春雨 板こんにやく 味付けロール	人参 ごぼう れんこん いんげん 干しいたけ	
終了式	30 金	食パン 白身魚のオーロラソース キャベツのスープ・フルーツ	白玉フルーツポンチ 牛乳	白身魚 ウインナー 卵 牛乳	食パン パン粉 小麦粉 マヨネーズ 白玉粉	きゃべつ 人参 もやし パセリ パイン缶 黄桃缶 みかん缶 バナナ	
	31 土	チキンライス 野菜スープ フルーツ	お菓子 牛乳	鶏肉 牛乳	米 じゃが芋	人参 玉葱 グリーンピース コーン きゃべつ パセリ	

※マヨネーズは、アレルギー対応のものを使用しています。