

# 平成31年3月 献立表

日	曜	主食 (乳児)	献立名	給食の主な使用材料		体の調子を整える(緑)
				血・肉・骨になる(赤)	働く力のもとになる(黄)	
1	金		ちらし寿司 すまし汁 フルーツ ☆桜もち	ちくわ.ちりめん.卵 昆布 小豆	精白米.砂糖 花ふ もち米.精白米.砂糖	人参.しめじ.ごぼう.竹の子.蓮根.いんげん.干し椎茸 人参.みつば.えのき 果物
2	土	中華麺	ちゃんぽんめん 里芋の煮っ転がし ☆牛乳・お菓子・フルーツ	豚肉.えび.蒲鉾 牛乳	中華麺.油.片栗粉 里芋.砂糖 お菓子	玉葱.人参.白菜.葱 果物
4	月	ご飯	ポークビーンズ 小松菜のソテー フルーツ ☆牛乳・マシュマロクリスピー	豚肉.水煮大豆 ハム.ちりめん 牛乳	じゃが芋.油.砂糖 油 マシュマロ.コーンフレーク.マーガリン	人参.玉葱.ピーマン 人参.小松菜.キャベツ 果物
5	火	ご飯	クラムチャウダー マカロニサラダ フルーツ ☆牛乳・うどんかりんとう	あさり.ベーコン.牛乳.スキムミルク 牛乳	じゃが芋.シチューの素 マカロニ.マヨネーズ うどん.油.砂糖	玉葱.人参.パセリ 人参.きゅうり.キャベツ.コーン 果物
6	水	ご飯	えびフライ 菜の花のおひたし 豚汁 ☆牛乳・シュガートースト	えび 蒲鉾.鯉節 豚肉.みそ 牛乳	油.小麦粉.パン粉 里芋.板蒟蒻 食パン.砂糖.マーガリン	菜花.青梗菜 人参.大根.ごぼう.葱
7	木		ウインナーカレー フレンチサラダ フルーツ ☆牛乳・プリンアラモード	牛肉.ウインナー.スキムミルク ハム 牛乳.生クリーム	じゃが芋.油.カレールウ 油.砂糖 プリンの素	人参.玉葱.グリーンピース 人参.キャベツ.きゅうり.コーン 果物 フルーツ缶.果物
8	金	ご飯	肉じゃが 切り干し大根の甘酢和え フルーツ ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	牛肉 ハム 牛乳.チーズ	じゃが芋.糸蒟蒻.油.砂糖 ごま.砂糖 コーンフレーク	人参.玉葱.グリーンピース 切干大根.人参.きゅうり 果物
9	土	パスタ	ミートスパゲティ わかめスープ ☆牛乳・お菓子・フルーツ	牛ひき肉.粉チーズ わかめ 牛乳	スパゲティ.油.砂糖 ごま お菓子	人参.玉葱.ピーマン.しめじ.トマト缶 人参.玉葱.葱 果物
11	月	ご飯	さけのマヨ焼き ひじきの炒め煮 みそ汁 ☆牛乳・ドーナツ	さけ ひじき.豆腐.蒲鉾.油揚げ 油揚.みそ.煮干し.わかめ 牛乳.卵	マヨネーズ 油.砂糖 油.ホットケーキミックス.砂糖	人参.ピーマン 白菜.葱
12	火	パン	チーズハンバーグ いんげんのごま和え コーンスープ ☆フルーツヨーグルト	合いびき肉.チーズ 牛乳 ヨーグルト.スキムミルク	パン粉 ごま.砂糖	玉葱 いんげん.人参 コーン.パセリ フルーツ缶
13	水	ご飯	麻婆豆腐 山吹和え フルーツ ☆牛乳・コンソメポテト	合いびき肉.豆腐.ちくわ.みそ 卵 牛乳	油.砂糖.片栗粉.ごま 春雨.砂糖 油.フレンチポテト	人参.玉葱.えのき.葱 人参.ほうれん草.キャベツ 果物
14	木	ご飯	鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ むらくもスープ フルーツ ☆牛乳・カレーパン	鶏肉 ツナ缶 卵 牛乳.合いびき肉	油.片栗粉.小麦粉.砂糖 スパゲティ.マヨネーズ 片栗粉 ロールパン.カレールウ	生姜 人参.キャベツ.きゅうり.コーン 人参.玉葱.パセリ 果物 人参.玉葱
15	金	ご飯	筑前煮 ほうれん草のおひたし フルーツ ☆牛乳・黒ごまクッキー	鶏肉.うずら卵.昆布 ちりめん.鯉節 牛乳.卵	じゃが芋.板蒟蒻.油.砂糖 小麦粉.砂糖.マーガリン.ごま	人参.ごぼう.竹の子.いんげん.干し椎茸 ほうれん草.人参.キャベツ 果物



15日(幼児組)、23日(全員)はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい



1日、2日、7日、9日、16日、30日は主食を園で提供のため、幼児もご飯はいりません。