

2024年 3月 献立表

日曜	主食 (乳児)	献立	材 料 名			
			熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)	
1 (金)	ご飯	ちらし寿司 ミートボール 菜の花のおひたし すまし汁(花ふ) ☆桜餅	砂糖 花ふ もち米、米、砂糖	錦糸卵、さくらでんぶ 肉団子 かまぼこ、かつお節 木綿豆腐 こしあん	にんじん、れんこん、いんげん、干しいたけ チンゲンサイ、なばな にんじん、えのきたけ、みつば、こんぶ	
2 (土)	中華麺	焼きそば わかめスープ ☆牛乳・お菓子・果物	中華麺、油 いりごま お菓子	豚肉、あおのり わかめ 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン たまねぎ、にんじん、葉ねぎ 果物	
4 (月)	ご飯	豚肉の生姜焼き コールスローサラダ 果物 ☆牛乳・クラッカーサンド(きな粉)	油 マヨネーズ マーガリン、砂糖	豚肉 牛乳、きな粉	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、しょうが キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン 果物	
5 (火)	ご飯	シーフードカレー りっちゃんサラダ 果物 ☆牛乳・お誕生日蒸しパン	メークイン、油 油 米粉、砂糖、油	ベーコン、えび、いか、ツナ、スキムミルク ロースハム、かつお節、塩こんぶ 牛乳、調製豆乳	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、ミニトマト 果物	
6 (水)	ご飯	麻婆豆腐 パンサンズー 果物 ☆牛乳・コーンフレーク・チーズ	いりごま、油、砂糖、片栗粉 緑豆春雨、油、ごま、ごま油 コーンフレーク	木綿豆腐、合いびき肉、みそ、ちくわ 錦糸卵、かまぼこ 牛乳、鉄分チーズ	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、えのきたけ きゅうり、にんじん、たまねぎ 果物	
7 (木)	ご飯	エビフライ ブロッコリー 野菜スープ ☆牛乳・ピザトースト	揚げ油 食パン	えび ベーコン 牛乳、チーズ、ベーコン	ブロッコリー たまねぎ、しめじ、もやし、にんじん、葉ねぎ たまねぎ、コーン(冷凍)、ピーマン	
8 (金)	ご飯	 ☆牛乳・ぶどうゼリー・いりこ	お別れ遠足(お弁当の日)			
9 (土)	パスタ	ミートスパゲティ コンソメスープ ☆牛乳・お菓子・果物	スパゲティ、油、砂糖 メークイン お菓子	牛ひき肉、粉チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、しめじ、ピーマン たまねぎ、にんじん 果物	
11 (月)	ご飯	筑前煮 ひじきサラダ 果物 ☆牛乳・あんねじりパイ	メークイン、板こんにゃく、砂糖、油 いりごま パイシート	鶏もも肉、うずら卵、刻み昆布 ロースハム、ちりめん、ひじき 牛乳、こしあん	にんじん、ごぼう、たけのこ、いんげん、干しいたけ こまつな、にんじん 果物	
12 (火)	ご飯	凍り豆腐の卵とじ 切干大根の甘酢和え 果物 ☆牛乳・お好み焼き	砂糖、油 いりごま お好み焼き粉	卵、凍り豆腐 ロースハム 牛乳、卵、ロースハム、あおのり	にんじん、たまねぎ、にら こまつな、切り干しだいこん、にんじん 果物 キャベツ、葉ねぎ、コーン	
13 (水)	ご飯	さんまのかば焼き いんげんのおかか和え キャベツのみそ汁 ☆牛乳・フルーツポンチ	揚げ油、小麦粉、砂糖、片栗粉 砂糖	さんま かつお節 みそ、油揚げ、煮干し、わかめ 牛乳	いんげん、にんじん キャベツ、たまねぎ、にんじん もも缶、パイン缶、みかん缶	
14 (木)	ご飯	回鍋肉 小松菜のチーズ和え 果物 ☆牛乳・ジャムサンド	砂糖、ごま油 すりごま、ごま油 食パン	豚肉、赤みそ チーズ、ちりめん 牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、たけのこ、ピーマン、しょうが こまつな、キャベツ、にんじん 果物 マーマレード、いちごジャム	

※ 4日・・・クラッカーサンド作り(幼児組) 14日・・・ジャムサンド作り(幼児組)

15日・・・鮭おむすび作り(幼児組) 26日・・・きなこぼたもち作り(幼児組、たんぼぼ組)



8日・16日はおかず入りのお弁当を持ってきて下さい

