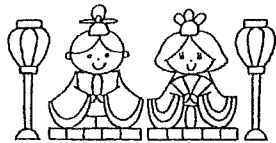




# 3月献立表



## ♪れもん組リクエストメニュー

### ★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	水	牛乳	ロールパン コーンフレークチキン 元気サラダ 豆乳コーンスープ 干し芋 バナナ	ロールパン 鶏肉、コーンフレーク、パン粉、粉チーズ、マヨドレ、塩 キャベツ、人参、トマト、きゅうり、チンゲン菜、青じそドレッシング、鰹節 玉ねぎ、コーン、ほうれん草、豆乳、コンソメ、醤油 バナナ	お茶 牛乳 五平餅	米、餅米、醤油 砂糖、ごま
2	木	牛乳	ごはん 小さけの塩焼き(みどり酢) ポテトサラダ 厚揚げの味噌汁 ビスケット りんご	米 さけ、大根、きゅうり、酢、醤油、砂糖、塩 じゃが芋、人参、コーン、かにかま、アスパラガス、マヨドレ 玉ねぎ、厚揚げ、ごぼう、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳 ★ごま せんべい	小麦粉、ごま、砂糖 塩、油
3	金	牛乳	ちらし寿司 鶏の照り焼き 春キャベツ和え 麩のすまし汁 チーズ いよかん	米、人参、蓮根、椎茸、かにかま、桜でんぶ、豆苗、醤油、砂糖、すしのこ、ごま、刻みのり 鶏肉、醤油、みりん キャベツ、人参、ブロッコリー、パプリカ、マヨドレ、醤油 玉ねぎ、えのき、三つ葉、花麩、醤油、塩、鰹節 いよかん	お茶 牛乳 雛あられ& フルーチェ	雛あられ フルーチェ、牛乳
4	土	牛乳 ハッピー ターン	きつねうどん ツナサラダ バナナ	うどん、薄揚げ、玉ねぎ、人参、わかめ、細ねぎ、醤油、塩、みりん、鰹節 キャベツ、人参、コーン、ツナ、マヨドレ バナナ	お茶 おにぎり	米、ゆかり
5	日					
6	月	牛乳	♪ジャージャー麺 わかめサラダ 紅いも 里芋の旨煮 チップス りんご	中華麺、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、干椎茸、細ねぎ、赤味噌、中華味、ごま油、片栗粉 わかめ、きゅうり、カリフラワー、人参、ハム、酢、醤油、砂糖 里芋、厚揚げ、醤油、みりん、砂糖、鰹節 りんご	お茶 牛乳 パンデ ケーキ	小麦粉、団子の粉 砂糖、牛乳、塩、油 粉チーズ、豆腐
7	火	牛乳	誕生会	♪お楽しみメニュー	月	
8	水	牛乳	ごはん 赤魚のあんかけ あすっこのごまマヨ和え ごま 担々スープ クッキー オレンジ	米 赤魚、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、醤油、砂糖、ケチャップ、片栗粉、油 あすっこ、人参、もやし、醤油、練りごま、マヨドレ 豚ミンチ、長ねぎ、しめじ、チンゲン菜、中華味、醤油、ごま油 オレンジ	お茶 牛乳 ♪フルーツ ヨーグルト	米、ゆかり みかん缶、りんご
9	木	牛乳	おわかれ会	☆お楽しみメニュー	☆	
10	金	牛乳	♪そぼろ丼 ★ごぼうサラダ きな粉 厚揚げの味噌汁 ウエハース サンフルーツ	米、豚ミンチ、小松菜、もみのり、醤油、砂糖、みりん、ごま油 ごぼう、人参、きゅうり、パプリカ、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま 玉ねぎ、えのき、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し サンフルーツ	お茶 牛乳 チーズ 蒸しパン	ホットケーキmix、牛乳 砂糖、牛乳、塩、油 粉チーズ、豆腐
11	土	牛乳	ツナ昆布おにぎり 豚汁 ねじり揚げ バナナ	米、ツナ、塩昆布、ごま 豚肉、大根、人参、玉ねぎ、さつまいも、細ねぎ、味噌、煮干し バナナ	お茶 パン菓子	うるち米、砂糖、醤油
12	日					
13	月	牛乳	ごはん あじのカレー焼き スパゲティサラダ じゃが芋の味噌汁 チーズ 清見オレンジ	米 あじ、長ねぎ、カレー粉、醤油、みりん、ごま油 サラスパ、キャベツ、スナップエンドウ、人参、ハム、マヨドレ じゃが芋、長ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、鰹節 清見オレンジ	お茶 牛乳 ★カルシウム ラスク	食パン、桜エビ チーズ、青のり、ごま マヨドレ
14	火	牛乳	麦ごはん ♪揚げ鶏のねぎソース ひじきサラダ 畑の かきたまスープ クラッカー キウイフルーツ	米、押し麦 鶏肉、レタス、生姜、細ねぎ、酢、醤油、みりん、片栗粉、油 ひじき、人参、大根、きゅうり、ツナ、醤油、砂糖、酢、ごま 卵、玉ねぎ、えのき、小松菜、醤油、中華味、鶏ガラ キウイフルーツ	お茶 牛乳 アップル スコーン	ホットケーキミックス マーガリン、砂糖、牛乳 りんご、レーズン
15	水	牛乳 小魚 せんべい	弁当の日		お茶 牛乳 ♪揚げ たご焼き	たご焼き、ソース 青のり、油

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
16	木	牛乳	ごはん 豚肉のしょうが焼き ★きんぴらごぼう かぶの味噌汁 りんご クッキー	米 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、もやし、生姜、醤油、みりん ごぼう、人参、大根菜、ちくわ、醤油、砂糖、ごま油、ごま かぶ、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳 焼きそば	中華麺、玉ねぎ、人参 にら、天かす、ソース ごま油、中華味
17	金	牛乳	♪中華風おこわ 揚げ餃子 ピーじゃこ炒め煮 長ねぎスープ はっさく バナナ	米、餅米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、干椎茸、蓮根、醤油、みりん、中華味、ごま油 餃子、油 ピーマン、パプリカ、人参、ちりめんじゃこ、オイスターソース、ごま油 長ねぎ、チンゲン菜、エリンギ、わかめ、醤油、中華味、鶏ガラ はっさく	お茶 牛乳 グレープ 寒天	ぶどうジュース、棒寒天 パイン缶、砂糖
18	土	牛乳	チャーハン じゃが芋スープ せんべい バナナ	米、焼豚、玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、中華味、ごま油 じゃが芋、玉ねぎ、くずきり、豆苗、醤油、中華味 バナナ	お茶 ラスク	小麦粉、砂糖、油
19	日					
20	月	牛乳	親子うどん ♪カミカミサラダ 焼きポテト りんご スナック	うどん、鶏肉、卵、玉ねぎ、人参、細ねぎ、醤油、塩、みりん、鰹節 キャベツ、人参、きゅうり、トマト、さきいか、醤油、酢、砂糖、ごま油、ごま じゃが芋、パセリ、塩、ガーリックパウダー、油 りんご	お茶 牛乳 きな粉 おはぎ	もち米、米、きな粉 塩、砂糖
21	火		春分の日			
22	水	牛乳	ごはん さばの梅煮 磯香和え なめこ汁 オレンジ 干し芋	米 さば、梅干し、生姜、醤油、砂糖、みりん 白菜、水菜、人参、納豆、ささみ、もみのり、醤油、鰹節 なめこ、豆腐、玉ねぎ、大根、細ねぎ、味噌、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳 スイーツ ポテト	さつまいも、マーガリン スキムミルク、砂糖、ごま
23	木	牛乳	ロールパン ささみフライ 小松菜ソテー コンソメスープ キウイフルーツ りんご	ロールパン ささみ、パン粉、小麦粉、塩、マヨドレ、ケチャップ、油 小松菜、ベーコン、パプリカ、醤油、塩、マーガリン 玉ねぎ、人参、キャベツ、コーン、醤油、コンソメ キウイフルーツ	お茶 牛乳 焼きめし	米、長ねぎ、人参、ツナ ピーマン、醤油、ごま油 中華味
24	金	牛乳	♪カレーライス チーズサラダ がんも煮 りんご せんべい	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、カレールウ ブロッコリー、人参、きゅうり、トマト、コーン、チーズ、酢、砂糖、醤油 がんもどき、醤油、砂糖、鰹節 りんご	お茶 牛乳 ♪マシュマロ おこし	コーンフレーク マーガリン、マシュマロ
25	土	牛乳	中華丼 ハッピー つつるスープ ターン バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、にら、醤油、中華味、ごま油、片栗粉 春雨、長ネギ、しめじ、ウインナー、豆苗、醤油、中華味 バナナ	お茶 ジャム サンド	食パン、苺ジャム
26	日					
27	月	牛乳	五穀米 和風ハンバーグ さっぱり漬け かぼちゃ ボーロ	米、五穀米 豆腐、鶏ミンチ、人参、玉ねぎ、蓮根、ひじき、パン粉、醤油、砂糖、塩、片栗粉 きゅうり、大根、人参、浅漬けの素 キャベツ、玉ねぎ、えのき、味噌、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳 ★ザクザク クッキー	小麦粉、マーガリン オートミール 砂糖、牛乳
28	火	牛乳	醤油ラーメン 白菜サラダ ♪レバーのケチャップ和え りんご チップス	中華麺、焼豚、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、醤油、中華味、ごま油、鶏ガラ 白菜、人参、豆苗、かにかま、マヨドレ レバー、片栗粉、ケチャップ、砂糖、ごま、油 りんご	お茶 牛乳 わかめ おにぎり	米、ふりかけわかめ
29	水	牛乳	ごはん さわらの味噌チーズ焼き ごま酢和え わかめのすまし汁 サンフルーツ スティック	米 さわら、パセリ、チーズ、みりん、味噌 キャベツ、ささみ、人参、醤油、砂糖、酢、ごま 玉ねぎ、しめじ、わかめ、ほうれん草、醤油、塩、鰹節 サンフルーツ	お茶 牛乳 抹茶 サンド	食パン、抹茶、砂糖 マーガリン
30	木	牛乳	牛丼 春雨サラダ 野菜 かぼちゃの味噌汁 せんべい バナナ	米、牛肉、玉ねぎ、人参、白菜、ごぼう、チンゲン菜、醤油、砂糖、みりん、鰹節 春雨、人参、きゅうり、コーン、トマト、ツナ、マヨドレ 南瓜、玉ねぎ、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し バナナ	お茶 牛乳 ふかし芋	さつまいも、塩
31	金	牛乳	希望保育(弁当)		お茶 牛乳 ♪揚げ たご焼き	ホットケーキミックス 牛乳、ココア、油

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。 ※牛乳 3歳未満児/午前・午後 3歳以上児/午前のみ

