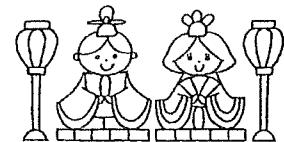




# 3月献立表



♪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	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 米、餅米、醤油 五平餅 砂糖、ごま	
			ごはん ♪さけの塩焼き(みどり酢)	米 さけ、大根、きゅうり、酢、醤油、砂糖、塩	お茶 牛乳 ★ごま せんべい	
			牛乳 ポテトサラダ 厚揚げの味噌汁 りんご ピスケット	牛乳 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 ピスケット	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、ちりめんじやこ、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 寒天 パイント、砂糖
2 木		牛乳	ごはん ♪さけの塩焼き(みどり酢)	米 さけ、大根、きゅうり、酢、醤油、砂糖、塩	お茶 牛乳 ★ごま せんべい	
			牛乳 ポテトサラダ 厚揚げの味噌汁 りんご ピスケット	牛乳 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 ピスケット	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、ちりめんじやこ、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 寒天 パイント、砂糖
3 金		牛乳	ちらし寿司 鶏の照り焼き 春キャベツ和え 麸のすまし汁 いよかん チーズ	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、プロッコリー、パプリカ、マヨドレ、醤油 玉ねぎ、えのき、三つ葉、花麸、醤油、塩、鰹節 いよかん チーズ	お茶 牛乳 離あられ & 離あられ フルーチェ、フルーチェ、牛乳	
4 土		牛乳	さつねうどん ツナサラダ バナナ ハッピーターン	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 里芋の旨煮 りんご 紅いも チップス	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 誕生会	お茶 牛乳 ポンデ ケージョ	米、小麦粉、団子の粉 砂糖、牛乳、塩、油 粉チーズ、豆腐
7 火		牛乳 ピスコ	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 あすこのごママヨ和え ごま クッキー	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 あすこのごママヨ和え 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、バナナ ヨーグルト みかん缶、りんご	
9 木	牛乳 センべい		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 ウエハース	米、豚ミンチ、小松菜、のみのり、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	
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、さつま芋、細ねぎ、味噌、煮干し バナナ	お茶 ボーロ ポン菓子	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 スパゲティーサラダ じやが芋の味噌汁 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 じやが芋、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 チーズ ラスク	食パン、桜エビ 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 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 ホットケーキミックス アップル スコーン	
15 水		牛乳 小魚 せんべい	弁当の日	お茶 牛乳 ♪揚げ たこ焼き、ソース たこ焼き	お茶 牛乳 ピスコ	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、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し かぶ、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご クッキー	お茶 牛乳 中華麺、玉ねぎ、人参 にら、天かす、ソース 焼きそば	お茶 牛乳 中華味
17 金		牛乳	♪中華風おこわ 揚げ餃子 ピーマンや炒め煮 長ねぎスープ バナナ せんべい	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、ちりめんじやこ、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 バナナ	お茶 牛乳 グレープ 寒天 寒天 ラスク	お茶 牛乳 小麦粉、砂糖、油
18 土		牛乳	チャーハン 薄焼き 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 じやが芋、玉ねぎ、ぐずり、豆苗、醤油、中華味 バナナ	お茶	
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	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 じやが芋、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	お茶 牛乳 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 スイート ポテト	お茶 牛乳 さつまい、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 お茶 牛乳 お茶 牛乳	お茶 牛乳 米、長ねぎ、人参、ツナ ピーマン、醤油、ごま油 焼きめし 中華味
24 金		牛乳	♪カレーライス チーズサラダ ごぼう せんべい りんご	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じやが芋、カレールウ プロッコリー、人参、きゅうり、トマト、コーン、チーズ、酢、砂糖、醤油 がんも煮 がんも煮 がんもどき、醤油、砂糖、鰹節 りんご	お茶 牛乳 ♪マッシュマロ おこし	お茶 牛乳 コーンフレーク マーガリン、マシュマロ
25 土		牛乳	中華丼 つるつるスープ バナナ ハッピーターン	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	お茶 ジャム 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 キヤベツの味噌汁 オレンジ かぼちゃ	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 キヤベツ、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	お茶 牛乳 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 じやが芋 チップス りんご	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 じやが芋、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	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 胚芽	米 さわら、パセリ、チーズ、みりん、味噌 キヤベツ、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	お茶 牛乳 食パン、抹茶、砂糖 マーガリン
30 木		牛乳	牛丼 春雨サラダ かぼちゃの味噌汁 バナナ 野菜 せんべい	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	
31 金		牛乳 ピスコ	希望保育(弁当)		お茶 牛乳 ホットケーキミックス 蒸しパン 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

令和5年2月28日

