

3月 予定献立表

H29.3.1 花川戸保育園

日	曜	献立名	おやつ	熱とかに なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの	たんぱく質(g)
1	水	ゆかりごはん おでん きゃうりとわかめのおも みかん	牛乳 牛乳 いちごパン	ごはん ちくわぶ パン	揚げポーク はんぺん 卵、生クリーム	大根、わかめ きゃうり、みかん いちご	609 21.6
2	木	五目ちらしずし 春巻き 菜の花の中華あえ ぶのすまし汁	カルピス 牛乳 三色だんご	ごはん、油 ごま、ごま油 白玉粉	桜だんご 卵 豚ひき肉	人参、いんげん かぼちゃ、もやし、ニラ 菜の花 長ねぎ	600 17.6
3 17	金	ビビンバ丼 春雨サラダ わかめスープ パイン	牛乳 お茶 大学芋	ごはん、ごま ごま油、マヨネズ 油	牛肉、卵 ハム 豚肩ロース	人参、ニラ、もやし 豆もやし、きゃうり わかめ、パン、お茶	573 15.7
4 18	土	ベーコンレタスサンド いんげんとコーンのソテー キウイフルーツ	ゼリー 牛乳 ビスケット	パン バター	ベーコン	レタス いんげん キウイフルーツ	582 17.3
6	月	ごはん 鶏のからあげ くずきりのあえもの キャベツのみそ汁	牛乳 牛乳 ドロップケーキ	ごはん 油、ごま油 ピザソース、バター	鶏もも肉 カニカマ 油あげ	もやし きゃうり キャベツ、人参	579 19.8
7 21	火	ごはん ミートボール ブロッコリーのサラダ 春雨スープ	飲むヨーグルト 牛乳 ストロベリーケーキ	ごはん 油、マヨネズ バター	鶏ひき肉、卵 豚ひき肉 豚肩ロース	玉ねぎ、トマト ブロッコリー、もやし 人参、いんげん かぼちゃ	570 20.7
8 22	水	*1. <u>みそラーメン</u> えびシューマイ バナナ	牛乳 *2. <u>ヨー プレー</u>	中華麺 ごま油	豚肩ロース 豚ひき肉 えび、なると	キャベツ、人参 もやし、玉ねぎ バナナ、ニラ	584 22.6
9 23	木	ごはん れんこんのはちみあげ *3. <u>菜の花の中華あえ</u> なめこのみそ汁	牛乳 きつね うどん	ごはん 油、ごま ごま油	豚ひき肉 卵、豆腐 油あげ、なると	れんこん、長ねぎ 菜の花 なめこ、万能ねぎ	574 21.0
10 24	金	ウインターライス 人参としめじのごまサラダ *4. <u>ニネストロネス</u> いちご	牛乳 お茶 メロンパン	ごはん、油 バター、ごま油 ごま、マヨネズ	ウインター ベーコン 卵	玉ねぎ、人参 いんげん、しめじ もやし、きゃうり トマト、わかめ、いんげん	601 14.3
11 25	土	焼きうどん 枝豆 チーズ 黄桃	プリン 牛乳 おせんべい	うどん	豚肩ロース チーズ	キャベツ、もやし 人参、枝豆 黄桃	586 21.9
13 27	月	ホットドック スパゲティサラダ コーンスープ	牛乳 お茶 おにぎり	パン、スリケティ マヨネズ バター、ごま	ウインター ハム 牛乳	キャベツ、人参 玉ねぎ、きゃうり コーン	595 17.2
14 28	火	カレーライス わかめサラダ ワンタンスープ 洋梨	牛乳 牛乳 *5. <u>レオビスケット</u>	ごはん ごま油	豚肩ロース カニカマ 合びき肉	人参、玉ねぎ わかめ、きゃうり わかめ、洋梨	571 15.7
15	水	お別れ会食パーティー	お茶 ケーキ	ごはん、油 *6. <u>中華麺</u> 、マヨネズ バター、ごま油	鶏もも肉、豚ひき肉 ウインター、豚肩ロース おみそ、きゃうり、卵 おみそ、マヨネズ、わかめ キャベツ、チーズ、わかめ	人参、ごま、大根 キャベツ、もやし、きゃうり わかめ、トマト、玉ねぎ 長ねぎ、ニラ、わかめ	609 17.5
16 30	木	トマトの冷製スパゲティ 牛肉ともやしのサラダ りんご	牛乳 お茶 カレーパン	スパゲティ ごま、ごま油 油、バター パン	ベーコン、バター えび、米粉 牛肉、豚ひき肉 牛乳	玉ねぎ、トマト わかめ、スプリング 枝豆、人参、ピーマン わかめ、りんご	571 24.2
31	金	ごはん あげぎょうざ 切干大根のサラダ 豆腐のみそ汁	牛乳 牛乳 りんごケーキ	ごはん 油、ごま油 バター、ごま	豚ひき肉 ハム、チーズ 豆腐、油あげ	キャベツ、玉ねぎ 長ねぎ、ニラ きゃうり、わかめ りんご	597 20.7

<今月の変更メニュー>

- \*1 22日 → しょうゆラーメン
- \*2 22日 → フレーツ 白玉
- \*3 23日 → きょうりとトマトのナムル
- \*4 24日 → クリームパンチ
- \*5 28日 → ミートソースパン

皆で給食を食べるのも残りわずかとなりお別れは15日はパーティーです。皆で楽しく食べましょうね♪

\* \* \* \* \*  
お別れ会食パーティーメニュー  
五目たまごごはん、わかめごはん、焼きそば、ぎょうざ  
ウインターの串揚げ、ポテト、フライドチキン  
和風サラダ、野菜スティック、フルーツポンチ、ゼリー


