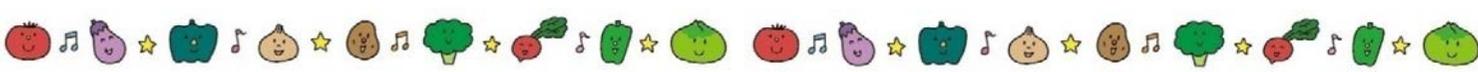


3月の献立



きりん・ぞう組

日	曜	献立	15時おやつ	給食の主な材料	1人分 kcal	塩分 g
2	月	菜飯 手羽元の柔らか煮 いんげんのごま和え 白味噌汁 牛乳	おととと	米、菜めし/鶏手羽肉/いんげん、人参、緑豆もやし/大根、ねぎ、はくさい	513 518	1.7 1.7
3	火	ちらし寿司 わけぎのめたすまし汁 いちご牛乳	ひなあられ	米、ごぼう、干し椎茸、人参、きゅうり、卵、しらす干し、さくらでんぶ、焼きのり/わけぎ、かまぼこ(ノンアレルギー)/木綿豆腐、焼ふ(車ふ)、あさつき/いちご	436 459	1.8 2.1
4	水	パン チキンビーンズ スティックサラダ のりスープ 牛乳	パインケーキ	ロールパン/大豆(乾)、鶏むね肉、たまねぎ、人参、にんにく、パセリ、ホールトマト缶詰/きゅうり、人参/焼きのり、かまぼこ(ノンアレルギー)、ねぎ	431 465	1.9 2.2
5	木	カレーライス キャベツのマリネ オレンジ	クッキー	米、豚もも肉、たまねぎ、じゃがいも、人参、にんにく、グリーンピース/キャベツ、人参/オレンジ	536 605	1.5 1.8
6	金	ご飯 さわらの南蛮漬け ひじきの煮物 味噌汁 乳酸菌飲料	プリン	米/さわら/ひじき、人参、油揚げ、ちくわ(乳・卵不使用)、干し椎茸、板こんにやく、むき枝豆(冷凍)、/こまつな、たまねぎ、えのきたけ	535 533	2.1 2.3
7	土	土曜保育(お弁当)	せんべい・お茶			
9	月	きはだまぐろカツ丼 なばな和え 麩玉汁 牛乳	ビスコ	米、きはだまぐろカツ、キャベツ/なばな、人参/焼ふ(車ふ)、えのきたけ、あさつき	521 525	2.1 2.2
10	火	パン ポトフ チキンナゲット 人参サラダ いちご&マカリン 牛乳	げんこつ	食パン/いちご&マカリン/ウインナー(乳・卵不使用)、たまねぎ、じゃがいも、人参、かぶ/チキンナゲット(乳・卵不使用)/人参、パセリ粉	572 619	2.4 2.6
11	水	ご飯 豚肉とごぼうのしぐれ煮 ブロッコリーのおかか和え 白味噌汁 牛乳	手作りココアクッキー	米/豚もも肉、ごぼう、えのきたけ/ブロッコリー、かつお節/人参、たまねぎ、あさつき	406 516	1.3 1.7
12	木	ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 春雨の酢の物 味噌汁 乳酸菌飲料	甘納豆蒸しパン	米/鶏もも肉/はるさめ、きゅうり、人参、かにかま/大根、なす、しめじ	495 512	1.3 1.5
13	金	☆☆☆お楽しみ給食☆☆☆	ゼリー			
14	土	土曜保育(お弁当)	クッキー・お茶			
16	月	高野豆腐ご飯 ほうれん草のお浸し 白味噌汁 牛乳	ふんわりきなこもち	米、凍り豆腐、人参、干し椎茸、ねぎ、鶏ひき肉、むき枝豆(冷凍)/ほうれん草、人参/はくさい、ねぎ、かぶ	407 423	1.5 1.6
17	火	パン フライドサーモン さっぱりサラダ コンソメスープ 牛乳	マカロニあべかわ	黒糖パン/さけ、にんにく/レタス、きゅうり、コーン(冷凍)/じゃがいも、キャベツ、人参、ウインナー(乳・卵不使用)	562 557	1.4 1.5
18	水	ぞう組さん希望メニュー:塩ラーメン ふんわり野菜揚げ ゼリー 牛乳	ミニクリームパン	冷凍ラーメン、キャベツ、緑豆もやし、人参、豚肉/ふんわり野菜揚げ/ゼリー	529 545	2.2 2.5
19	木	三色おはぎ きゅうりのゆかり和え すまし汁 牛乳	ヨーグルト	水稲うるち米、もち米、あずき(乾)、きな粉、黒すりごま/きゅうり/木綿豆腐、人参、あさつき	518 588	1.2 1.4
21	土	土曜保育(お弁当)	せんべい・お茶			
23	月	スパゲティカレーソース 大豆サラダ フルーツポンチ 牛乳	歌舞伎揚げ	スパゲッティ、豚ひき肉、たまねぎ、人参/大豆(ゆで)、きゅうり、コーン、人参/もも缶、パインデビット、バナナ	492 528	1.9 2.2
24	火	パン 鶏肉のから揚げ ブロッコリーサラダ レタススープ ブルーベリー&マカリン 牛乳	スクールフィッシュ	食パン/ブルーベリー&マカリン/鶏もも肉/ブロッコリー、人参/レタス、ウインナー(乳・卵不使用)、コーン(冷凍)	491 497	1.7 1.9
25	水	ご飯 さばの味噌煮 三色和え わかめ汁 牛乳	レーズンパン	米/さば/ほうれん草、人参、コーン(冷凍/わかめ(乾))、人参、たまねぎ	440 467	1.8 1.9
26	木	卒園式(在園児:ハヤシライス カラフルサラダ パナナ 牛乳)	ブリッツ	米、豚もも肉、たまねぎ、人参/レタス、きゅうり、赤ピーマン/バナナ	445 507	1.6 1.8
27	金	ご飯 肉団子の甘酢あん キャベツのおかか和え えのきスープ 乳酸菌飲料	芋けんぴ	米/豚ひき肉、たまねぎ、ねぎ/キャベツ、きゅうり、人参/えのきたけ、かまぼこ(ノンアレルギー)、ほうれん草	516 531	1.6 1.8
28	土					
30	月	焼きそば ボイルウインナー あっさりスープ 牛乳	黒糖みるくせんべい	焼きそば麺、豚もも肉、キャベツ、たまねぎ、人参、焼きのり/ウインナー/ねぎ、わかめ(乾)、緑豆もやし	537 548	2.0 2.2
31	火	☆☆☆お弁当持参☆☆☆	ハッピーターン・お茶			

※未満児は給食に牛乳等を提供しません。午前と午後のおやつに提供します。
 ※入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承ください。