



3月の献立



幼稚園

日 (曜日)	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	エネルギーとなる食品	体の調子を整える食品	Kcal
1日 (月)	トマトペンネグラタン	白菜胡麻和え 海鮮焼売 厚焼玉子 トマトペンネグラタン 洋梨缶	すり身 卵 合挽肉 チーズ マーガリン	ご飯 胡麻 マカロニ	白菜 玉葱 トマト パセリ	309
2日 (火)	★にこにこ給食★ みそかつ	花がんと煮付 さつま芋甘露煮 コーン和風ドレッシング和え キャベツコンソメ煮 みそかつ ゼリー	がんと ささみ 豚肉	ご飯 薩摩芋	コーン キャベツ ピーマン ゼリー	394
3日 (水)	自分deそぼろ丼 ☺ひな祭り☺	菜の花お浸し えび天ぷら お花蒲鉾 自分deそぼろ丼 白桃缶	エビ 蒲鉾 鶏挽肉 卵	ご飯	菜の花 しめじ 人参 いんげん	337
4日 (木)	イカ香味焼き	ラトウイユ カリフラワーサラダ 小松菜ソテー イカ香味焼き パイン缶 ロールパン	ハム イカ チーズ	パン	茄子 トマト カリフラワー 小松菜	274
5日 (金)	★にこにこ給食★ 和風スパゲティ	胡瓜ナムル 蒟蒻煮付 枝豆 和風スパゲティ ミニステーキ みかん缶	シーチキン ハム	ご飯 スパゲティ 胡麻	胡瓜 蒟蒻 枝豆 わかめ	345
8日 (月)	さわら西京漬け焼	竹輪磯辺天ぷら 青梗菜煮浸し 金平牛蒡 さわら西京漬け焼 黄桃缶	竹輪 さわら	ご飯	青のり 青梗菜 椎茸 牛蒡	318
9日 (火)	NEW自分 de ロコモコ   ハワイ料理 	蓮根サラダ スイートコーン フライドポテト ハンバーグ ゆで卵 ブロッコリー香り和え パイン缶	鶏挽肉 卵	ご飯 馬鈴薯	蓮根 コーン ブロッコリー 紫蘇	378
10日 (水)	サーモンマヨカツ	人参ドレッシング和え 半平煮付 蒟蒻煮付 いんげんブイオン煮 サーモンマヨカツ ゼリー	半平 鮭	ご飯	人参 キャベツ 蒟蒻 いんげん	352
11日 (木)	オムレツデミグラスソース	ひじきサラダ コーンたっぷりフライ マカロニソテー オムレツデミグラスソース キャンディチーズ 黒糖食パン	卵 チーズ	パン 馬鈴薯 マカロニ	ひじき 枝豆 コーン 玉葱	320
12日 (金)	★にこにこ給食★ 鶏からあげ	切干大根カレー炒め 里芋ブイオン煮 ほうれん草炒め物 鶏からあげ オレンジ	シーチキン 鶏肉	ご飯 里芋	切干大根 ピーマン 人参 法連草	357
15日 (月)	鶏野菜玉子焼き	菜の花ナムル プチ肉まん 鶏野菜玉子焼き 杏仁豆腐	豚肉 卵 大豆 鶏肉 豆乳	ご飯 胡麻油	菜の花 ねぎ グリーンピース しめじ	318
16日 (火)	カニクリームコロッケ 	コールスローサラダ 大根そぼろ煮 枝豆ソテー カニクリームコロッケ ゼリー	鶏挽肉 カニ 牛乳	ご飯	キャベツ 人参 大根 枝豆	385
17日 (水)	イカ揚げ煮	花がんと煮付 焼売 ジャーマンポテト 白菜香り and え イカ揚げ煮 パイン缶	がんと 鶏挽肉 豚挽肉 イカ	ご飯 馬鈴薯	玉葱 ピーマン 白菜 紫蘇	362
18日 (木)	肉団子クリームソースかけ	胡瓜ドレッシング和え ブロッコリーおかか和え 厚焼玉子 肉団子クリームソースかけ 黄桃缶	シーチキン 鯉節 卵 鶏挽肉 牛乳	ご飯	胡瓜 ブロッコリー 人参 マッシュルーム	395
19日 (金)	★にこにこ給食★ まぐろカツ	南瓜煮付 ウインナー 小松菜胡麻和え オニオンソテー まぐろカツ 洋梨缶	ウインナー まぐろ	ご飯 胡麻	南瓜 小松菜 玉葱 ピーマン	369
22日 (月)	肉じゃが	蓮根味噌煮 三角春巻 肉じゃが 人参甘煮 みかん缶	豚肉	ご飯 胡麻油 馬鈴薯 春雨	蓮根 コーン キャベツ 人参	333
23日 (火)	さわら香味パン粉焼き	プチャメリカドッグ 星型しんじょ 切干サラダ 野菜炒め さわら香味パン粉焼き 黄桃缶	魚肉ソーセージ 豆乳 すり身 蟹蒲鉾 さわら	ご飯	南瓜 切干大根 玉葱 パプリカ	368
24日 (水)	照り焼きハンバーグ	人参しりしり 茎わかめ和え物 法蓮草ソテー 照り焼きハンバーグ 洋梨缶	卵 シーチキン 鶏挽肉	ご飯	人参 胡瓜 茎わかめ 法連草	316
25日 (木)	焼きそば	パンプキンビーンズサラダ 角揚げ煮付 竹輪煮付 焼きそば イカフライ ゼリー	角揚げ 竹輪 豚肉 イカ	ご飯 馬鈴薯 焼きそば麺	南瓜 いんげん豆 玉葱 キャベツ	430
26日 (金)	★にこにこ給食★ タンドリーチキン風	カリフラワー和風ドレッシング和え 麻婆茄子 青梗菜炒め タンドリーチキン風 オレンジ	豚挽肉 鶏肉	ご飯	カリフラワー 貝割れ 茄子 青梗菜	344
29日 (月)	★にこにこ給食★ 焼き肉	ツナコーン和風ドレッシング和え ひじき煮付 焼き肉 ほくほくコロッケ 黄桃缶	シーチキン 油揚げ 豚肉	ご飯 馬鈴薯	コーン 胡瓜 ひじき ピーマン	404
30日 (火)	★にこにこ給食★ 味噌おでん 	磯辺白身フライ 小松菜お浸し 味噌おでん(蒟蒻・大根・花型さつま) パイン缶	白身魚 さつまあげ	ご飯	小松菜 人参 蒟蒻 大根	316
31日 (水)	★にこにこ給食★ イカ照り焼き	いんげんコンソメ煮 餃子 コーン入り半平 キャベツゆかり和え イカ照り焼き オレンジ	ソーセージ 豆腐 すり身 イカ	ご飯 胡麻油	いんげん キャベツ コーン たら	311

3/3(水)は自分deそばろ丼の為ふりかけはおかけいたしません。

3/9(火)は自分deロコモコの為ふりかけはおかけいたしません。

★にこにこ給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。

(注意)仕入れの都合により一部変更する事がありますのでご了承下さい。

3/9(火)新メニュー【自分deロコモコ】(世界の料理シリーズ 🌐 HAWAII)

ハワイのローカルフードのロコモコを再現しました☆

ロコモコは白いご飯の上にハンバーグと目玉焼きをのせてグレービーソースをかけたものですが、今回は目玉焼きの代わりにゆで卵です♪ソースは特製ソース(ケチャップとお好み焼きソースを使用)を作っておかけします😊



【もうすぐ進級・進学ですね✩】

1年前の進級・入園をした頃を思い出してみると、この1年でのお子様の成長を実感できると思います。生活習慣の一つでもある食習慣は、大人になってからも健康に過ごす為にはとても大切なことです。これからも「食べることは楽しい事」と感じられるような経験がたくさんできるといいですね♪

