



3月こんだて表



平成30年3月 清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	5 19	牛乳 チーズ	豚肉と里芋の煮物 じゃこ入り卵 厚揚げの味噌汁	豚肉・里芋・人参・いんげん・干し椎茸・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁 卵・しらす干し・にら・砂糖・塩・油(ケチャップ)) 厚揚げ・ほうれん草・人参・味噌・煮干し	ご飯	お茶・焼きそば (中華めん・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・竹輪 ・油・ソース・(ケチャップ)・かつおぶし・青のり)
火	6 20	飲むヨーグルト お菓子	チキン南蛮 三色野菜 わかめスープ	鶏肉・塩コショウ・小麦粉・卵・油(砂糖・酢・醤油・生姜・だし汁)・卵・玉葱・パセリ キャベツ・胡瓜・カラーピーマン / マヨネーズ・ケチャップ・砂糖・レモ (乾)若布・えのき茸・人参・葱・醤油・みりん・煮干し	ご飯	牛乳 ロールケーキ
水	7	牛乳 苺	鶏肉のきじ焼き 添)レタス 白和え 五目汁	鶏肉・生姜・ごま・葱・醤油・みりん・油(砂糖) / レタス ほうれん草・人参・豆腐・ごま・味噌・砂糖・醤油・みりん 里芋・ごぼう・干し椎茸・人参・葱・醤油・塩・煮干し・(きぬさや)	ご飯	お茶 ぼたもち (もち米・黄な粉・砂糖)
木	8 22	牛乳 卵ボーロ	ハヤシライス マカロニサラダ 添え(果物)	牛ミンチ・玉葱・人参・マッシュルーム・にんにく・グリーンピース・ホールトマト ケチャップ・ウスターソース・バター・塩こしょう・鶏 マカロニ・ロースハム・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩コショウ / パイン缶	ご飯	牛乳 バナナ ビスコ
金	9 23	牛乳 せんべい	魚の味噌煮 お花畑サラダ きのこのすまし汁	魚・大根・生姜・人参・砂糖・醤油・みりん・味噌 ホールコーン・キャベツ・胡瓜・人参・酢・油・砂糖・塩コショウ ぶなしめじ・えのき茸・葱・麩・醤油・塩・かつお節・出し昆布	ご飯	飲むヨーグルト ムーンライト
土	10 24	牛乳 菓子	ポパイスパゲティ 豆腐スープ	スパゲティ・ベーコン(ウインナー)・法蓮草・玉葱・油・醤油・塩コショウ 豆腐・もやし・人参・葱・醤油・塩コショウ・片栗粉・鶏がら(煮	ご飯	お茶 ミニパン
月	12 26	飲むヨーグルト お菓子	ポークジンジャー ゆでキャベツ・人参グラッセ そうめんのすまし汁	豚肉・玉葱・生姜・砂糖・醤油・油・片栗粉 キャベツ(マヨネーズ) / 人参・砂糖・(醤油) そうめん・法蓮草・生椎茸・醤油・塩・かつお節・出し昆布	ご飯	牛乳・ミルクtoast (食パン・バター・砂糖 ・スキムミルク・黄な粉)
火	13 27	牛乳 ビスコ	魚の野菜あんかけ 法蓮草の和え物 大根の味噌汁	魚切り身・塩コショウ・片栗粉・油・干し椎茸・玉葱・人参・葱・醤油・みりん 法蓮草・ホールコーン・砂糖・醤油 ごま油・片栗粉・出 大根・(乾)わかめ・油揚げ・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 バナナ せんべい
水	14 28	牛乳 ビスケット	ハンバーグ 野菜サラダ コーンスープ	合挽ミンチ・人参・玉葱・生椎茸・パン粉・卵・塩コショウ・油・ケチャップ キャベツ・胡瓜・トマト(マヨネーズ) ソース・ ホールコーン・クリームコーン・玉葱・人参・パセリ・塩コショウ・(醤油)鶏がら	ご飯	牛乳・ピーチケーキ (ホットケーキミックス・牛乳・バター・ 卵・黄桃缶)
木	1 15 29	牛乳 あられ	大豆の五目煮 胡瓜のおかか和え かきたま汁	大豆・鶏肉・人参・ごぼう・刻み昆布・さやいんげん・砂糖・醤油・みりん・酒 胡瓜・かつお節・醤油 卵・片栗粉・人参・玉葱・葱・醤油・煮干し	ご飯	牛乳 苺 クラッカー
金	16 30	牛乳 バナナ	魚の塩焼き・添)ブロッコリー 南瓜の甘煮・果物 呉汁	甘塩鮭・油 / ブロッコリー(マヨネーズ) 南瓜・砂糖・醤油 水炊き大豆・油揚げ・人参・白菜・葱・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 みかんゼリー (寒天パパ・みかん缶)
土	3 17	牛乳 菓子	あんかけ焼きそば 胡瓜とちくわの酢の物	豚肉・中華麺・むき海老・人参・生椎茸・白菜・葱・砂糖・醤油 塩・ごま油・片栗粉・鶏 胡瓜・(乾)わかめ・ちくわ・ごま・酢・砂糖・醤油	ご飯	お茶 スティックパン
誕生会	2	牛乳 卵ボーロ	炊き込みご飯 唐揚げ・マカロニサラダ すまし汁・果物	鶏肉・人参・ごぼう・干し椎茸・油揚げ・砂糖・醤油 鶏もも肉・片栗粉・生姜・油/マカロニ・胡瓜・カニカマ・卵・人参・マヨネーズ えのき茸・花麩・法蓮草・醤油・煮干し 苺・レタス	ご飯	牛乳 ひなあられ

お知らせ…都合によりメニューが、変わることがあります。ご了承ください。