

# 3月こんだてひょう

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	7 <small>21 春分の日</small>	牛乳 チーズ	魚のみそ煮 お花畑サラダ きのこすまし汁	魚・大根・人参・生姜・砂糖・醤油・みりん・みそ ホールコーン・キャベツ・きゅうり・人参・酢・油・砂糖・塩こしょう しめじ茸・エリンギ・ねぎ・かまぼこ・醤油・塩・かつお節・出し昆布	ごはん	牛乳・豆乳蒸しパン <small>(卵・砂糖・豆乳・油・小麦粉・ベーキングパウダー)</small>
火	8 22	牛乳 せんべい	チキンカレー ひじきとチーズのサラダ りんご	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールー・にんにく・りんご ひじき・しらす・人参・きゅうり・チーズ・ゴマ・ゴマ油・酢・醤油 りんご	ごはん	お茶 パイン缶 クッキー
水	9 23	ヨーグルト	マーボー豆腐 ハムともやしの中華和え コーンスープ	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・みそ・砂糖・塩 ハム・もやし・きゅうり・春雨・卵・油・砂糖・酢・醤油・(ごま油)/醤油・ごま油・片栗粉・油 ホールコーン・クリームコーン・玉葱・人参・パセリ・塩こしょう・(醤油)・鶏がら	ごはん	お茶 おにぎり (ゆかり・米)
木	10 24	牛乳 コーンフレーク	魚の香り焼き・レタス 千切り大根の含め煮 きゃべつの味噌汁・いちご	魚切り身・白ゴマ・にんにく・生姜・葱・砂糖・酒・醤油・みりん/レタス さつま揚げ・千切り大根・いんげん・人参・油揚げ・椎茸・油・砂糖・醤油・みりん 厚揚げ・キャベツ・玉ねぎ・味噌・葱・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ 
金	11 25	牛乳 あられ	豚肉と大根の煮物 じゃこ入り卵 厚揚げのみそ汁	豚肉・大根・人参・グリーンピース・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・大根葉・人参・みそ・煮干し・若布	ごはん	牛乳・ミルクトースト <small>(食パン・バター・砂糖・スキムミルク・ぬるま湯・きな粉)</small>
土	12 <small>26 新年度準備</small>	牛乳 ビスケット	スパゲティミートソース 春キャベツのスープ	スパゲティ・豚ミンチ・ナス・玉ねぎ・人参・椎茸・パセリ・油・ケチャップ 味噌・砂糖・粉チーズ キャベツ・ウインナー・人参・玉葱・醤油・塩こしょう・煮干し(鶏がら)		牛乳 バナナ 黒棒
月	14 28	牛乳 りんご	魚の塩焼き・ブロッコリー ポテトサラダ 大根のみそ汁	甘塩鮭・油 /ブロッコリー じゃが芋・卵・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩コショウ  大根・乾わかめ・ねぎ・油揚げ・みそ・煮干し	ごはん	お茶・焼きそば <small>(中華麺・豚肉・玉葱・きゃべつ・人参・油・おたふくソース・鰹節・青のり)</small>
火	15 29	ヨーグルト	いり鶏 きゅうりのおかか和え もやしのみそ汁	鶏肉・じゃがいも・人参・れんこん・ごぼう・干し椎茸・いんげん・こんにゃく きゅうり・かつお節・キャベツ・醤油 /油・砂糖・醤油・みりん もやし・豆腐・人参・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 みかん缶 丸ボーロ
水	16 30	牛乳 いちご	鶏肉のきじ焼き 白和え 五目汁	鶏肉・生姜・ごま・ねぎ・醤油・みりん・(砂糖)・油 ほうれん草・人参・豆腐・ごま・みそ・砂糖・みりん 里芋・ごぼう・干し椎茸・人参・ねぎ・油揚げ・醤油・塩・煮干し	ごはん	お茶 ぼだもち <small>(もち米・米・きな粉・砂糖・塩)</small>
木	17遠足 31	牛乳 卵ボーロ	魚の野菜あんかけ トマトの甘酢漬け かきたま汁	魚の切り身・塩こしょう・片栗粉・油・干し椎茸・玉ねぎ・人参・いんげん・醤油・みりん・砂糖 トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・(油)/ごま油・片栗粉・だし汁 卵・片栗粉・人参・玉ねぎ・ねぎ・醤油・煮干し・わかめ	ごはん	お茶 ヨーグルト バナナ
金	4 18	牛乳 チーズ	ハンバーグ 温野菜 オニオンスープ	合挽ミンチ・人参・玉葱・生椎茸・パン粉・卵・塩こしょう・油・ケチャップ・ソース・砂糖 ブロッコリー・人参・(砂糖・塩・バター) 玉葱・人参・ベーコン・貝割菜・醤油・(塩こしょう)・鶏がら(煮干し)	パン	牛乳・フルーツゼリー・クラッカー (グレープゼリーの素)
土	5 19	牛乳 ビスコ	牛肉の柳川風 胡瓜の昆布和え バナナ	牛肉・ごぼう・干しシイタケ・人参・玉ねぎ・卵・葱・砂糖・醤油・みりん きゅうり・塩昆布 バナナ	ごはん	牛乳 スティックパン
誕生会	3	飲むヨーグルト	おにぎり・ウインナー 鶏のから揚げ・スパゲティサラダ・ポテト 野菜スープ・果物・ブロッコリー	米・青菜・ゆかり ウインナー ブロッコリー フライドポテト 鶏肉・醤油・にんにく・生姜・塩こしょう・片栗粉・油/スパゲティサラダ・きゅうり・人参・人参・マヨネーズ キャベツ・玉ねぎ・人参・若布・醤油・塩コショウ パイン缶		カルピス ひなあられ

行事等により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。