



3月こんだてひょう



令和6年度 3月 黒坂保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	4 18	牛乳 せんべい	魚の味噌煮 ほうれん草ともやしの胡麻和え 心のすまし汁	白身魚・大根・人参・生姜・砂糖・みそ・みりん・醤油 ほうれん草・もやし・人参・ゴマ・砂糖・醤油 おふ・人参・ねぎ・しいたけ・醤油・煮干し	ごはん	牛乳・フルーツサンド (ロールパン・生クリーム・バイン缶・みかん缶・砂糖)
火	5 19 通 足	ヨーグルト	チキン南蛮 二色野菜 大根の味噌汁	鶏肉・小麦粉・卵・揚げ油・砂糖・酢・醤油・しょうが・玉ねぎ・パセリ・マヨネーズ・レモン汁・ キャベツ・ピーマン ケチャップ 大根・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご クッキー 
水	6 20 春 分 の 日	牛乳 コーンフレーク	マーボー豆腐 ハムときゅうりの胡麻和え わかめスープ	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 わかめ・えのき・人参・にら・醤油・塩・煮干し	ごはん	お茶 ヨーグルト
木	7 21	牛乳 せんべい	魚のマヨネーズ焼き 千切り大根の含め煮 オニオンスープ	魚の切り身・塩・片栗粉・マヨネーズ・卵・青のり 千切り大根・いんげん・人参・さつまあげ・しいたけ・油・砂糖・醤油・みりん 玉ねぎ・人参・ベーコン・チンゲン菜・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳・アップルケーキ (小麦粉・卵・ベーキングパウダー・砂糖・バター・りんご)
金	8 22	牛乳 チーズ	いり鶏 きゅうりの酢の物 白菜の味噌汁	ごぼう・しいたけ・グリーンピース・鶏肉・里芋・人参・れんこん・糸こんにゃく・砂糖・醤油 きゅうり・人参・ゴマ・砂糖・醤油・酢・わかめ 白菜・人参・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 せんべい バナナ
土	9 23 卒 園 式	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・ピーマン・玉ねぎ・人参・しめじ・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 	 卒園式	牛乳 丸ボーロ
月	11 25	牛乳 コーンフレーク	魚の塩焼き ポテトサラダ そうめんのすまし汁	甘塩鮭 きゅうり・じゃがいも・人参・マヨネーズ・塩 そうめん・ねぎ・えのき・醤油・煮干し	ごはん	お茶 ぼたもち (もち米・米・きな粉・砂糖・塩)
火	12 26	牛乳 クラッカー	ハンバーグ 温野菜 コーンスープ	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 人参・砂糖 ブロッコリー コーン・玉ねぎ・バター・人参・豆乳・パセリ・塩・コンソメ	ごはん	牛乳 せんべい 日向夏
水	13 27	牛乳 卵ボーロ	豚肉と大根の煮物 お花畑サラダ ほうれん草の味噌汁	豚肉・大根・人参・グリーンピース・しいたけ・砂糖・醤油・みりん ホールコーン・白菜・きゅうり・人参・酢・油・砂糖・塩 厚揚げ・ほうれん草・人参・もやし・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ かりんとう
木	14 28	牛乳 バナナ	魚のアップルソース 野菜サラダ かきたま汁	白身切り身・片栗粉・揚げ油・リンゴ・玉ねぎ・砂糖・酢・醤油 キャベツ・きゅうり・マヨネーズ・トマト 卵・片栗粉・人参・えのき・ねぎ・醤油・煮干し・わかめ	ごはん	お茶 ヨーグルト 黒棒
金	1 29	牛乳 せんべい	カレー おかかサラダ オレンジ	豚肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・カレールー・にんにく・りんご きゅうり・人参・きゅうり・二かつお節・醤油・マヨネーズ・砂糖・みりん オレンジ	ごはん	牛乳 グレープゼリー (ゼリーの素)
土	2 16	牛乳 ビスコ	ハヤシライス きゅうりの昆布和え	牛肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・グリーンピース・にんにく・しょうが・ハヤシライスの素 きゅうり・塩昆布		牛乳 バームクーヘン
誕生会	15	牛乳 せんべい	わかめごはん/唐揚げ/フライドポテト きな粉パン/マカロニグラタン/ブロッコリー いちご/野菜スープ	米・わかめごはんの素 / フライドポテト/ロールパン・きな粉・砂糖・塩 鶏肉・醤油・にんにく・生姜・塩こしょう・片栗粉・油/ブロッコリー 玉ねぎ・人参・マカロニ・チーズ・バター・牛乳・小麦粉/キャベツ・玉ねぎ・人参・醤油・煮干し/いちご	お楽しみ バイキング	ひなあられ カルピス



19日はお別れ遠足です。おやつは園より配布いたします。

