



3月 こんだてひょう



令和5年 しんまちこども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	13 27	牛乳 クラッカー	魚のみそ煮 ほうれん草のごま和え 麩のすまし汁	魚・大根・人参・生姜・砂糖・醤油・みりん・みそ ほうれん草・もやし・人参・ごま・砂糖・しょうゆ 麩・人参・貝割れ大根・生椎茸・しょうゆ・煮干し	ごはん	牛乳・フルーツサンド (食パン・生クリーム・砂糖 みかん缶・パン缶)
火	14 28	飲むヨーグルト	チキン南蛮 二色野菜(きゃべつ・カラーピーマン) 白菜のみそ汁	鶏肉・塩・小麦粉・卵・揚げ油・砂糖・酢・醤油・生姜・だし汁・卵・玉ねぎ キャベツ・カラーピーマン / パセリ・マヨネーズ・砂糖・レモン汁 白菜・人参・厚揚げ・しめじ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご クッキー
水	1 15 29	牛乳 せんべい	マーボー豆腐 ハムともやしの中華和え わかめスープ	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・生椎茸・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 乾) わかめ・えのき茸・人参・にら・しょうゆ・塩・煮干し	ごはん	牛乳 フライドポテト (じゃが芋・油・塩)
木	2 30	牛乳 バナナ	魚のマヨネーズ焼き 千切大根の含め煮 オニオンスープ	白身魚・塩・片栗粉・マヨネーズ・卵・青のり・油 千切大根・いんげん・人参・干し椎茸・油あげ・砂糖・しょうゆ・みりん・だし汁 玉ねぎ・人参・ベーコン・チンゲン菜・しょうゆ・塩・鶏がら	ごはん	飲むヨーグルト 丸ボーロ
金	17 31	牛乳 チーズ	いり鶏 きゅうりの酢の物 大根のみそ汁	鶏肉・じゃが芋・人参・れんこん・ごぼう・干し椎茸・グリーンピース・こんにゃく 乾) わかめ・きゅうり・人参・ごま・砂糖・酢 / 油・砂糖・醤油・みりん 大根・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・フルーツゼリー (アガー・砂糖・ジュース・フルーツ缶) あられ
土	4 18	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・なす・玉ねぎ・人参・しめじ・パセリ・油・ケチャップ /みそ・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 カステラ
月	6 20	牛乳 コーンフレーク	魚の照り焼き マゼドアンサラダ わかめのみそ汁	白身魚・生姜・砂糖・しょうゆ・みりん・油 きゅうり・じゃが芋・人参・パン缶・マヨネーズ・ヨーグルト・塩 乾) わかめ・豆腐・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	お茶 ぼたもち (もち米・米・きな粉・砂糖・塩)
火	7	飲むヨーグルト	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 ブロッコリー・人参・(砂糖・塩・バター) ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・バター・人参・豆乳・パセリ・塩・鶏がら	ごはん	牛乳 日向夏 かりんとう
水	8 22	牛乳 りんご	魚のアップルソース 野菜サラダ かきたま汁	白身魚・塩・片栗粉・揚げ油・りんご・玉ねぎ・砂糖・酢・しょうゆ トマト・きゅうり・キャベツ・マヨネーズ 卵・片栗粉・人参・えのき茸・ねぎ・乾) わかめ・醤油・煮干し	ごはん	お茶・焼きそば (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)
木	9 23	牛乳 卵ボーロ	豚肉と大根の煮物 お花畑サラダ ほうれん草のみそ汁	豚肉・大根・人参・グリーンピース・干し椎茸・砂糖・しょうゆ・酒・みりん・だし汁 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 チーズ
金	10 24 (満足)	牛乳 せんべい	鶏肉のきじ焼き 白和え 五目汁	鶏肉・生姜・ごま・ねぎ・しょうゆ・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・大根・しめじ・人参・ねぎ・油揚げ・しょうゆ・塩・だし汁	パン	牛乳・パンブキンマフィン (バター・ケーキシロップ・卵・砂糖 小麦粉・かぼちゃ・BP)
土	11 (卒園式)	牛乳 ビスコ	牛肉の柳川風 きゅうりの昆布和え オレンジ	牛肉・ごぼう・干し椎茸・人参・玉ねぎ・卵・ねぎ・砂糖・しょうゆ・みりん きゅうり・塩昆布 /酒・だし汁	ごはん	牛乳 バナナ クッキー
誕生会	3	牛乳 ビスコ	わかめご飯・ブロッコリーの和え物 鶏肉の照り煮 すまし汁・果物・ゼリー	わかめご飯の素・いんげん / ブロッコリー・人参・かつおぶし・しょうゆ 鶏肉・砂糖・みりん・しょうゆ 人参・乾) わかめ・えのき茸・ねぎ・しょうゆ・煮干し / いちご / 桃ゼリー(カップ)		カルピス ひなあられ
木	16	牛乳 あられ	チキンカレー おかかサラダ りんご	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールウ・にんにく きゅうり・人参・かつおぶし・しょうゆ・マヨネーズ・トマト りんご	ごはん	お茶 カップヨーグルト ビスコ



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。

