



# 3月 こんだてひょう



令和5年 南今泉保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	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・醤油 麩・人参・貝割れ大根・生しいたけ・豆腐・醤油・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 白菜のみそ汁	鶏肉・塩・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・醤油・生姜・だし汁・卵・玉ねぎ キャベツ・きゅうり / 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・えのきだけ・人参・にら・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 フライドポテト (じゃが芋・油・塩)
木	2 16 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	魚の切り身・塩・片栗粉・マヨネーズ・卵・青のり・油 千切大根・いんげん・人参・油揚げ・干し椎茸・油・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・ 醤油・塩・鶏ガラ	ごはん	お茶 カップヨーグルト 丸ボーロ
金	17(遠足) 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・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・フルーツゼリー (アガー・砂糖・ オレンジジュース・みかん缶)
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	スパゲッティ・豚ミンチ・なす・玉ねぎ・人参・ぶなしめじ・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(鶏ガラ)		牛乳 じゃりパン
月	6 20	牛乳 ココナッツサブレ	魚の照り焼き ポテトサラダ わかめのみそ汁	白身魚・しょうが・砂糖・しょうゆ・みりん・油 胡瓜・じゃがいも・人参・卵・マヨネーズ・塩こしょう/パン缶 乾わかめ・豆腐・ねぎ・えのきだけ・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 21(春分の日)	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・玉葱・バター・人参・豆乳・パセリ・塩・鶏ガラ	ごはん	牛乳 りんご おかき
水	8 22	牛乳 みかん缶	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 ホールコーン・白菜・きゅうり・人参・酢・油・砂糖・塩こしょう 厚揚げ・ほうれん草・人参・もやし・みそ・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・焼 きそばソース・鰹節・青のり)
木	9 23	牛乳 卵ボーロ	魚のアップルソース 野菜サラダ かきたま汁	魚の切り身・塩・片栗粉・油・リンゴ・玉ねぎ・砂糖・油・醤油 トマト・きゅうり・キャベツ・マヨネーズ 卵・人参・えのき茸・ねぎ・乾) わかめ・片栗粉・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ チーズ
金	10 24	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・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・大根・ぶなしめ・人参・ねぎ・油揚げ・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳・パンキンマフィン (バター・ケーキシロップ 卵・砂糖・小麦粉・南瓜・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・卵・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 オレンジ	ごはん	牛乳 チーズ ビスケット
誕生会	3	飲むヨーグルト	ゆかりご飯・野菜スティック 鶏のから揚げ・スマイルポテト 中華スープ・いちご	ゆかり粉/ きゅうり・大根・人参・しょうゆ・みりん 鶏肉・塩こしょう・しょうが・片栗粉・油 / スマイルポテト / いちご 玉ねぎ・人参・にら・生しいたけ・ 醤油・ごま油・鶏ガラ		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。

17日は遠足でお弁当の日になります。給食の代わりにおやつを用意します。

25日は新年度準備の為、お弁当の日になります。

