



3月 こんだてひょう



令和5年度 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	4 18	牛乳 ミニサラダ	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・ねぎ・干しいたけ・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・パイナップル缶)
火	5	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・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 チーズ クッキー
水	6	牛乳 ウエハース	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・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 乾) わかめ・えのきだけ・人参・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 マカロニあべかわ (マカロニ・砂糖・塩)
木	7 21	牛乳 ぼたぼた焼き	魚のマヨネーズ焼き 干切大根の含め煮 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 干切大根・いんげん・人参・天ぷら・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	牛乳 丸ボーロ
金	8 22	牛乳 チーズ	いり鶏 きゅうりの酢の物 白菜のみそ汁	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 白菜・人参・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	9 23	牛乳 マリービスケット	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・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		牛乳 バナナ せんべい
月	11 25	牛乳 ムーンライト	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・しめじ・人参・ねぎ・油揚げ・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳・パンプキンマフィン (バター・ケーキシロップ 卵・砂糖・小麦粉・南瓜・BP)
火	12 26	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・マヨネーズ・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・鶏がら	ごはん	牛乳 オレンジ ハッピーターン
水	13 27	牛乳 ぼたぼた焼き	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	牛乳・ソフトクッキー (ホットケーキミックス・砂糖・ 牛乳・小麦粉・バター・スキムミルク)
木	14 28	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	お茶 ヨーグルト (いちごジャム) ミニサラダ
金	15	牛乳 ウエハース	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 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)
土	2 16	牛乳 ビスコ	牛肉の柳川風 きゅうりの昆布和え	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・人参 / 酒・だし汁	ごはん	牛乳 バームクーヘン
誕生会 金	1	飲むヨーグルト	ちらし寿司 照り焼きチキン マカロニサラダ かきたま汁 いちご	ちりめん・干し椎茸・ごぼう・人参・油揚げ・竹の子・かまぼこ・砂糖・醤油・煮干・だし昆布・砂糖・酢 鶏肉・生姜・みりん・醤油・片栗粉 / 胡瓜・ロースハム・マカロニ・マヨネーズ / 塩・ごま 卵・えのき茸・乾燥わかめ・葱・醤油・煮干 / いちご		カルピス ひなあられ
お別れ会 金	29	牛乳 ウエハース	おにぎり・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・パイナップル	わかめごはんの素・ゆかり粉・ごはん / きゅうり・大根・人参・しょうゆ・みりん 鶏肉・しょうが・みりん・醤油 / スマイルポテト / パイナップル 玉ねぎ・人参・にら・生しいたけ・醤油・ごま油・鶏ガラ		牛乳 せんべい



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。

19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。30日は新年度準備の為、お弁当の日になります。

