



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	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 (卵・砂糖・豆乳・油・小麦粉・ ベーキングパウダー)	
火	8 22	牛乳 せんべい	チキン南蛮 二色野菜 わかめスープ	鶏肉・塩こしょう・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・醤油・生姜・だし汁・卵・玉ねぎ・パセリ キャベツ・カラーピーマン / マヨネーズ・ケチャップ・砂糖・レモン汁 人参・えのき茸・にら・わかめ・醤油・みりん・鶏がら	ごはん	牛乳 りんご 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・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 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)・コンソメ	ごはん	牛乳 フライドポテト	
木	10 24	牛乳 コーンフレーク	魚の香り焼き 千切り大根の含め煮 きゃべつのみそ汁	魚・白ごま・にんにく・生姜・ねぎ・砂糖・酒・醤油・みりん さつまあげ・千切大根・いんげん・人参・油揚げ・干椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・出し汁 厚揚げ・きゃべつ・玉ねぎ・みそ・ねぎ・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ	
金	11 25	牛乳 クッキー	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・生椎茸・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・青菜・人参・わかめ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・ミルクトースト (食パン・バター・砂糖・スキ ムミルク・きな粉)	
土	12	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・しめじ茸・パセリ・油・ケチャップ みそ・砂糖・粉チーズ・コンソメ キャベツ・ウインナー・人参・玉葱・醤油・塩こしょう・鶏がら		牛乳 バナナ せんべい	
月	14 28	牛乳 みかん缶	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 / ブロッコリー じゃが芋・卵・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩こしょう 大根・わかめ・ねぎ・油揚げ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 おやつパン (じゃりパン)	
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・じゃが芋・人参・れんこん・ごぼう・干し椎茸・いんげん・糸こんにやく きゅうり・きゃべつ・人参・かつお節・醤油 / 油・砂糖・醤油・みりん もやし・豆腐・わかめ・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 オレンジ 丸ボーロ	
水	16 30	牛乳 パイン缶	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・胡瓜・豆腐・ごま・みそ・砂糖・みりん 里芋・ごぼう・しめじ茸・人参・ねぎ・油揚げ・醤油・塩・出し汁	ごはん	お茶 ぼたもち (もち米・米・きな粉・砂糖・塩)	
木	17 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・塩こしょう・片栗粉・油・干し椎茸・玉ねぎ・人参・ピーマン・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・えのき茸・ねぎ・わかめ・醤油・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト バナナ	
金	4日は遠足(お弁当) 18日はお別れ会になっています。(メニューは後日お知らせします)						
土	5 19	牛乳 ビスコ	焼きそば 野菜スープ オレンジ	中華麺・豚肉・玉ねぎ・人参・きゃべつ・もやし・ねぎ・油・焼きそばソース・ケチャップ 人参・玉ねぎ・えのき茸・かいわれ菜・鶏がら・醤油 / かつお節・青のり オレンジ	ごはん	牛乳 ミニパン	
誕生会	3	牛乳 ビスケット	炊き込みご飯・添え野菜 鶏のから揚げ・マカロニサラダ すまし汁・果物	ちりめん・人参・ごぼう・干し椎茸・油揚げ・さやいんげん・砂糖・醤油 / ブロッコリー 鶏肉・塩こしょう・片栗粉・油 / マカロニ・きゅうり・ツナ缶・卵・人参・マヨネーズ えのき茸・かまぼこ・ほうれん草・醤油・煮干し / 日向夏		ヨーグルト 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。