



# 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 せんべい	チキン南蛮 二色野菜 わかめのスープ	鶏肉・塩コショウ・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・醤油・出し汁・玉ねぎ キャベツ・カラーピーマン //パセリ・マヨネーズ・砂糖 人参・えのき・にら・乾わかめ・醤油・みりん・煮干し	ごはん	牛乳 りんご クッキー
火	8 22	牛乳 棒チーズ	魚の味噌煮 お花畑サラダ きのこのすまし汁	魚・大根・人参・しょうが・砂糖・醤油・みりん・みそ ホールコーン・キャベツ・胡瓜・人参・酢・油・砂糖・塩コショウ ぶなしめじ・エリンギ・ねぎ・かまぼこ・醤油・塩・かつお節・だし昆布	ごはん	牛乳・キンカンジャム入り米粉ケーキ (卵・砂糖・豆乳・油・米粉・BP・キンカンジャム)
水	9 23	飲むヨーグルト	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・生しいたけ・グリーンピース・にんにく・しょうが ハム・もやし・胡瓜・春雨・卵・油・砂糖・酢・醤油・ゴマ油 /味噌・砂糖・醤油・片栗粉 ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・人参・パセリ・塩コショウ・鶏がら	ごはん	牛乳 9日…せんべい 23日…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・レタス 千切り大根の含め煮 キャベツのみそ汁・苺	魚・白ゴマ・にんにく・しょうが・ねぎ・砂糖・酒・醤油・みりん /レタス さつま揚げ・千切り大根・インゲン・人参・油揚げ・干し椎茸・砂糖・醤油・みりん・煮干し 厚揚げ・キャベツ・玉ねぎ・味噌・ねぎ・煮干し /苺	ごはん	牛乳 カステラ
金	11 25	牛乳 ビスケット	豚肉と大根の煮物 じゃこいり卵 厚揚げのみそ汁	豚肉・大根・人参/グリーンピース・生しいたけ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁 卵・シラス干し・ニラ・砂糖・塩・油 厚揚げ・青菜・人参・乾わかめ・味噌・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	お菓子	牛乳 パン (年長さんはお菓子)	卒園式 		バナナ
月	14 28	牛乳 卵ボーロ	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・レンコン・ごぼう・干し椎茸・インゲン・こんにゃく きゅうり・キャベツ・かつお節・醤油 /油・砂糖・醤油・みりん もやし・豆腐・人参・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 みかん クッキー
火	15 29	牛乳 ビスコ	焼き魚 ポテトサラダ・ブロッコリー 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・塩コショウ 大根・乾わかめ・ねぎ・油揚げ・味噌・煮干し	ごはん	お茶・焼きそば (豚肉・玉ねぎ・キャベツ 人参・油・ソース・鰹節・青のり)
水	16 30	牛乳 みかん缶	鶏肉のきじ焼き 白和え 五目汁	鶏肉・しょうが・ゴマ・ねぎ・醤油・みりん・砂糖 冷ほうれん草・人参・豆腐・すりごま・味噌・砂糖・みりん 里芋・ごぼう・ブナシメジ・人参・ねぎ・油揚げ・醤油・塩・煮干し	ごはん	お茶・ぼたもち (もち米・きな粉・砂糖・塩) (米粉のお菓子)
木	17 31	牛乳 せんべい	魚のあんかけ トマトの甘酢漬け かきたま汁	魚・塩コショウ・片栗粉・干し椎茸・玉ねぎ・人参・冷インゲン・醤油・みりん トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩 /砂糖・ゴマ油・片栗粉・出し汁 卵・片栗粉・人参・えのきだけ・ねぎ・乾わかめ・醤油・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト バナナ
金	4	牛乳 棒チーズ	ハンバーグ 温野菜・日向夏 オニオンスープ	合いびき肉・人参・玉ねぎ・生しいたけ・パン粉・卵・塩コショウ ブロッコリー・人参 /ケチャップ・ソース・砂糖 玉ねぎ・人参・ベーコン・貝割菜・醤油・鶏ガラ /日向夏	ごはん	牛乳・フルーツゼリー・クラッカー (アガー・砂糖・ジュース みかん缶)
土	5 19	牛乳 ビスケット	スパゲッティミートソース 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 カットトマト・味噌・砂糖・粉チーズ・コンソメ顆粒・ケチャップ キャベツ・ウインナー・人参・玉ねぎ・醤油・塩コショウ・鶏がらスープの素	ごはん	牛乳 パン
誕生会	3	飲むヨーグルト	押し寿司・すまし汁・苺 きんかんジャムいり鶏の照り焼き ブロッコリー・サニーレタス	桜でんぶ・卵・かつお節・砂糖・きぬさや・干し椎茸・人参・カニカマ・酢・砂糖・塩・ゴマ 鶏肉・キンカンジャム・酒・醤油 /ブロッコリー・サニーレタス 人参・玉ねぎ・乾わかめ・ねぎ・煮干し /苺	ごはん	カルピス ひなあられ

都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。  
26日はお弁当の日になりますのでよろしくお願いします。

