



3月献立表



※午前・午後のおやつ()は卵・乳の含まれるおやつになります。

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (土)	からあげカレー・牛乳	こめ・むぎ・からあげ(とりももにく・さけ・しょうゆ・おろししょうが・おろしにんにく・かたくりこ・あげあぶら)・カレー(あいびきにく・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・グリーンピース・あぶら・りんご・おろしにんにく・カレーフレーク・ケチャップ・デミグラスソース・ウスターソース・とりがら)・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	オレンジ あられ
	カラフルサラダ	ツナ・キャベツ・きゅうり・あかピーマン・きピーマン・あぶら・す・さとう・しょうゆ・しお・こしょう		
	フルーツムース	フルーツムース(乳)		
3 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 アンパンマン せんべい	フライドポテト
	マーボー豆腐	とうふ・ぶたミンチ・おろしにんにく・おろししょうが・たまねぎ・にんじん・たけのこみずに・ほししいたけ・しらねぎ・あぶら・さとう・しょうゆ・あかみそ・みそ・オイスターソース・さけ・かたくりこ・ごまあぶら		
	ハムときゅうりのごまずあえ	ロースハム・もやし・きゅうり・りよくとうはるさめ・たまご・あぶら・さとう・す・しょうゆ・しろごま		
4 (火)	わかめスープ	わかめ・えのきたけ・にんじん・たまねぎ・しょうゆ・にぼし	菓子類 サラダ一番	ホットケーキ (卵・乳)
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	さかなのフライ	さけ・しお・こむぎこ・たまご・パンこ・パセリ・あぶら		
5 (水)	ポテチーズサラダ	きゅうり・じゃがいも・にんじん・パインかん・マヨネーズ・プロセスチーズ	菓子類 どうぶつ ビスケット	りんご あげせんべい
	とうふのみそしる	とうふ・しめじ・かいわれだいこん・あぶらあげ・みそ・にぼし		
	べにしゃけなおにぎり・牛乳	こめ・べにしゃけなめしのもと(卵・乳不使用)・ぎゅうにゅう		
6 (木)	にくうどん	うどん・ぎゅうロースにく・さとう・しょうゆ・さけ・にんじん・しいたけ・ねぎ・しょうゆ・みりん・にぼし	菓子類 クラッカー	フルーツ ヨーグルト (乳) ほしたべよ
	きゅうりとじゃこのすのもの	ちりめんじゃこ・きゅうり・にんじん・わかめ・さとう・す・しょうゆ・しろごま		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
7 (金)	さかなのアップルソースがけ	しいら・しお・こしょう・かたくりこ・あぶら・りんご・たまねぎ・さとう・す・しょうゆ	かたぬき チーズ (乳)	パンブキン マフィン (卵・乳)
	そえやさい/ミニトマト	キャベツ・きゅうり・しお/ミニトマト		
	かきたまじる	にんじん・えのきたけ・ねぎ・たまご・しょうゆ・かたくりこ・にぼし		
8 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	ミニパン (卵・乳)
	とりにくのきじやき	とりももにく・おろししょうが・しろごま・ねぎ・しょうゆ・みりん・あぶら		
	はくさいとコーンのサラダ	はくさい・にんじん・きゅうり・コーン・さとう・す・しお・あぶら		
9 (日)	さといもじる	さといも・だいこん・あぶらあげ・ほうれんそう・しょうゆ・にぼし	菓子類 せんべい	ミニパン (卵・乳)
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	やきにくいため	ぶたロースにく・おろししょうが・おろしにんにく・あかピーマン・たまねぎ・キャベツ・もやし・たけのこみずに・しょうゆ・ごまあぶら・さとう・しろごま		
10 (月)	ちゅうかスープ	チンゲンサイ・ほししいたけ・たまねぎ・にんじん・しょうゆ・とりがら	菓子類 ひとくち クッキー (卵・乳)	アップルケーキ (卵・乳)
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	うまに	とりにく・いとこんにやく・じゃがいも・にんじん・あつあげ・ごぼう・いんげん・ほししいたけ・あぶら・しょうゆ・さとう・さけ・みりん		
11 (火)	いとかまぼこのすましじる	いとかまぼこ・わかめ・にんじん・しいたけ・しょうゆ・にぼし	菓子類 ベジたべる	バナナ ぱりんこ
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	とりにくのレモンに	とりにく・さけ・おろししょうが・かたくりこ・あぶら・コーン・グリーンピース・レモンかじゅう・しょうゆ・みりん		
12 (水)	そえやさい	レタス・にんじん・きゅうり・マヨネーズ・しお	菓子類 どうぶつ ビスケット	ぼたもち
	あつあげのみそしる	あつあげ・こまつな・たまねぎ・にんじん・みそ・にぼし		
	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう		
13 (木)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 サラダ一番	フルーツ サンド (卵・乳)
	ミートソーススパゲティ	カットスパゲティ・ぶたミンチ・だいたみずに・たまねぎ・にんじん・しめじ・ピーマン・おろしにんにく・オリーブオイル・ケチャップ・トマトピューレ・デミグラスソース・ウスターソース・あかワイン・しお・こしょう		
	ひゅうがなつドレッシングサラダ	ツナ・キャベツ・きゅうり・あかピーマン・ひゅうがなつドレッシング(卵・乳不使用)		
14 (金)	フルーツポンチ	バナナ・おうとうかん・みかんかん・カクテルゼリー(卵・乳不使用)	菓子類 クラッカー	だいがくいも
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
	さかなのみそに	さば・だいこん・にんじん・おろししょうが・さとう・みそ・みりん・しょうゆ		
15 (土)	ほうれんそうのごまあえ	ほうれんそう・もやし・にんじん・しろごま・さとう・しょうゆ	菓子類 おかき	りんご あられ
	とうふのすましじる	とうふ・わかめ・ほししいたけ・かいわれだいこん・しょうゆ・にぼし		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
16 (日)	ぶたにくのチャブチェ	ぶたロースにく・りよくとうはるさめ・にんじん・たまねぎ・ニラ・しょうゆ・さとう・おろしにんにく・オイスターソース・ごまあぶら・しろごま	菓子類 おかき	りんご あられ
	えびだんごスープ	えびすりみ・かたくりこ・さけ・おろししょうが・しお・たまねぎ・にんじん・えのきたけ・チンゲンサイ・にぼし・しょうゆ		
	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう		
17 (月)	ちゃんぽん	ちゅうかめん・ぶたロースにく・ちくわ・キャベツ・にんじん・たまねぎ・ほししいたけ・もやし・ねぎ・ごまあぶら・しょうゆ・とりがら	菓子類 おかき	りんご あられ
	たたききゅうり	きゅうり・ごまあぶら・おろしにんにく・さとう・しょうゆ・す		

★ぞう組リクエスト献立★

17 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 サッポロ ポテト	パインケーキ (卵・乳)
	さけのしおやき	さけ・しお		
	せんぎりだいこんの ふくめに	せんぎりだいこん・いんげん・にんじん・てんぷら・ほししいたけ・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん		
	はくさいのみそしる	はくさい・あぶらあげ・にんじん・ねぎ・みそ・にぼし		
18 (火)	ロールパン・牛乳	ロールパン・ぎゅうにゅう	菓子類 フィンガービ スケット	ごまじゃこ おにぎり べったらづけ
	ビーフシチュー	ぎゅうロースにく・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しめじ・あぶら・おろしにんにく・とりがら・こめこ・バター・ケチャップ・トマトピューレ・デミグラスソース・ウスターソース・あかワイン・しお・こしょう		
	フレンチサラダ	キャベツ・きゅうり・コーン・ロースハム・オリーブオイル・す・さとう・しお・こしょう		
19 (水)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 アンパンマン せんべい	グレーゼリー クラッカー
	チキンなんばん	とりももにく・しお・こしょう・こむぎこ・たまご・あぶら・なんばんず〔さとう・す・しょうゆ・しょうが・だしじる(にぼし)〕・タルタルソース〔たまご・パセリ・たまねぎ・マヨネーズ・レモンかじゅう・さとう〕		
	ゆでやさい	キャベツ・あかピーマン・しお		
	すましじる	とうふ・にんじん・えのきたけ・なると・わかめ・にぼし・しょうゆ・さけ		
	いちごミニクレープ	いちごミニクレープ (卵・乳不使用) 卒園お祝い献立		
21 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	かたぬき チーズ (乳)	オレンジ ほしたべよ
	ひじきいりハンバーグ	あいびぎにく・たまねぎ・ひじき・パンこ・たまご・しお・こしょう・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう		
	そえやさい	ブロッコリー・にんじん・マヨネーズ・しょうゆ		
	コーンスープ	コーン・クリームコーン・たまねぎ・バター・にんじん・とうにゅう・パセリ・しお・こしょう・しょうゆ・とりがら		
22 (土)	ちゅうかどん・牛乳	こめ・むぎ・ぶたロースにく・かまぼこ・にんじん・たけのこみずに・はくさい・しいたけ・ニラ・さとう・しょうゆ・しお・ごまあぶら・とりがら・オイスターソース・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	おかき アップル ジュース
	わかめスープ	わかめ・もやし・にんじん・たまねぎ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
	くだもの(りんご)	りんご		
24 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ムーンライト (卵・乳)	てづくりプリン (乳) ぱりんこ
	いりどり	とりももにく・さといも・にんじん・れんこん・ごぼう・ほししいたけ・グリーンピース・いとこんにやく・あぶら・さとう・しょうゆ・みりん		
	きゅうりのすのもの	きゅうり・わかめ・にんじん・しろごま・さとう・す・しょうゆ		
	しめじのみそしる	あつあげ・しめじ・にんじん・ねぎ・みそ・にぼし		
25 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ハッピー ターン	マカロニの あべかわ
	さかなのたこやきソース がらめ	しいら・しお・こしょう・さけ・かたくりこ・あぶら・さとう・ウスターソース・ケチャップ・あおさ・かつおぶし		
	ゴマドレッシングサラダ	キャベツ・にんじん・きゅうり・コーン・ゴマドレッシング (卵・乳不使用)		
	もずくスープ	もずく・にんじん・えのきたけ・ねぎ・しょうゆ・にぼし		
26 (水)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 どうぶつ ビスケット	あんにんフルーツ (乳) アンパンマン せんべい
	あつあげのみそいため	あつあげ・ぶたロースにく・たまねぎ・にんじん・たけのこみずに・キャベツ・ニラ・あぶら・おろししょうが・さとう・みそ・あかみそ・しょうゆ・さけ・かたくりこ		
	そうめんのすましじる	そうめん・しいたけ・ねぎ・にんじん・しょうゆ・みりん・にぼし		
27 (木)	カレーピラフ・牛乳	こめ・とりももにく・たまねぎ・ピーマン・あかピーマン・あぶら・コンソメ (卵・乳不使用)・しお・こしょう・カレーこ・ぎゅうにゅう	菓子類 あげせんべい	ホットケーキ (卵・乳)
	やさいサラダ	トマト・きゅうり・レタス・さとう・す・あぶら・しお		
	オニオンスープ	ベーコン・たまねぎ・にんじん・しめじ・パセリ・しょうゆ・にぼし		
28 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ほしたべよ	ふかしいも
	やながわふうに	ぶたロースにく・ごぼう・ほししいたけ・にんじん・たまねぎ・たまご・ねぎ・さとう・しょうゆ・みりん・さけ・だしじる(にぼし)		
	キャベツのあえもの くだもの(オレンジ)	キャベツ・きゅうり・しおこんぶ オレンジ		
29 (土)	わかめごはん・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	あられ りんごジュース
	やきビーフン	ビーフン・ぶたロースにく・ちくわ・たまねぎ・にんじん・ピーマン・あかピーマン・ほししいたけ・あぶら・カレーこ・しょうゆ・しお・こしょう・ごまあぶら		
	キャベツのスープ	キャベツ・たまねぎ・にんじん・しめじ・にぼし・しょうゆ		
31 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 アンパンマン せんべい	みるくっこ (乳)
	とりにくとやさいの ちゅうかいため	とりにく・かまぼこ・キャベツ・たけのこみずに・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・あぶら・おろししょうが・おろしにんにく・さとう・しょうゆ・オイスターソース・さけ・しお・こしょう・かたくりこ		
	ワンタンスープ	ワンタンのかわ・たまねぎ・にんじん・もやし・しめじ・チンゲンサイ・にぼし・しょうゆ・ごまあぶら		