

今月の平均	1・2歳児	3・4・5歳児
	エネルギー	560 kcal
	たんぱく質	21.7 g
	脂質	18.3 g

# 平成 31年 3月 給食予定献立表

打越保育園  
打越保育園分園

日曜日	午前おやつ	昼食		3時のおやつ	6時40分おやつ	材料名	
		主食	副食			まいるのグループ	あかいろのグループ
1・22	牛乳 クラッカー	ハヤシライス	マカロニスープ 小松菜の納豆和え	牛乳 ホットケーキ	麦茶 クラッカー	じゃが芋・小麦粉・バター 三温糖・マカロン・サラダ油 小麦粉・マカロン・五穀米 クラッカー	みどりいろのグループ 体の調子を整えるもの 玉葱・人参・マッシュルーム パセリ・小松菜・えのき・キャベツ 冷凍グリーンピース・コーン缶 トマト缶
2・16	牛乳 干し芋	味噌煮込みうどん	カリカリごぼうとじゃが芋サラダ 栗物	牛乳 スナックステイクパン	麦茶 おせんべい	じゃが芋・干し芋・三温糖 ごま油・片栗粉・ごま サラダ油・茹でうどん スナックステイクパン	あかいろのグループ 血や肉や骨になるもの ひきわり納豆・かつお節・牛乳 卵・豚小間・ベーコン
4	牛乳 食パン	ちらし寿司	すまし汁(花巻入り) 春色サラダ	牛乳 さくらもち	麦茶 乾パン	じゃが芋・三温糖・焼き麩 マヨネーズ・サラダ油 さくらもち・米・食パン	体の調子を整えるもの 人参・椎茸・えのき・しめじ・長葱 ほうれん草・にんにく・ごぼう みかん
5・19	ヨーグルト	ナン	ひじきのスープ レタスとのりのさっぱり和え 大豆入りキーマカレー	牛乳 抹茶白玉パフェ	麦茶 キャンディ チーズ	大豆水煮・生クリーム・きな粉 小豆缶・ヨーグルト・牛乳・卵 ベーコン・豚挽肉	体の調子を整えるもの ほうれん草・玉葱・人参・生姜 にんにく・レタス・もやし・ひじき 焼きのり・抹茶・トマト缶
6・20	牛乳 するめ	ししじゅう	さつま汁 そうめんチャンプルー	牛乳 ブアマンケーキ	麦茶 焼き菓子	さつま芋・三温糖・そうめん 小麦粉・ベーキングパウダー 上白糖・粉糖・ココア・サラダ油 こんにやく・米	体の調子を整えるもの 生姜・大根・人参・長葱・椎茸 もやし・キャベツ・ニラ・刻み昆布
7・28	ヨーグルト	青菜とベーコンの スパゲッティ	ミネストローネ 鶏肉と大根の煮物	麦茶 鶏雑炊	麦茶 乾パン	里芋・じゃが芋・スパゲッティ フロストジュガー・オリブ油 三温糖・サラダ油・米	体の調子を整えるもの にんにく・玉葱・マッシュルーム ほうれん草・人参・大根・生姜 長葱・万能葱・しめじ 冷凍グリーンピース・トマト缶
8・29	牛乳 クラッカー	五穀ご飯	春野菜味噌汁 鯉のちやんちゃん焼き 一口梅しそ卵焼き	麦茶 いちごみるくゼリー	麦茶 クラッカー	味噌・かつお節・ゼラチン 生クリーム・牛乳・卵・鮭 ベーコン	体の調子を整えるもの 菜の花・アスパラガス・長葱 もやし・キャベツ・人参・しそ にんにく・たけのこ水煮・練り梅
9・23	牛乳 干し芋	焼きそば	豆腐と生姜のスープ かぼちゃのそぼろ煮	牛乳 ドーナツ	麦茶 おせんべい	豆腐・牛乳・豚小間・鶏挽肉	体の調子を整えるもの 玉葱・もやし・人参・キャベツ ニラ・長葱・生姜・かぼちゃ いんげん・干し椎茸
11・25	牛乳 食パン	もりもり カレーライス	どさんこ汁 春キャベツのサラダ	牛乳 シュガーチーズ トースト	麦茶 乾パン	味噌・煮干し・とろけるチーズ 五穀米・牛乳・ヨーグルト 鶏小間・豚挽肉・ハム	体の調子を整えるもの 玉葱・人参・ピーマン・にんにく 生姜・もやし・キャベツ・パセリ パプリカ(黄)・トマト缶・わかめ コーン缶
12・26	ヨーグルト	きなこぱん	ワンタンスープ フレンチサラダ	牛乳 ライスコロケ	麦茶 キャンディ チーズ	きな粉・チーズ・米・ヨーグルト 牛乳・卵・豚挽肉・きゅうり	体の調子を整えるもの 白菜・もやし・長葱・人参・パセリ ほうれん草・キャベツ・きゅうり
13	牛乳 煮干し	コーンご飯	けんちん汁 はんぺんチーズフライ 五色和え	牛乳 レモンケーキ	麦茶 焼き菓子	煮干し・チーズ・かつお節 はんぺん・豆腐・米・牛乳 卵・鶏小間・ハム	体の調子を整えるもの ごぼう・人参・大根・椎茸・長葱 ほうれん草・キャベツ・もやし レモン・冷凍グリーンピース コーン缶
14	ヨーグルト	きつねうどん	蒸しシウマイ チキンとキャベツの中巻風サラダ	フルーツヨーグルト 手作りクッキー	麦茶 乾パン	なると・油揚げ・ヨーグルト 牛乳・卵・豚挽肉・鶏小間 しゅうまい	体の調子を整えるもの 人参・小松菜・キャベツ・もやし きゅうり・万能葱・パプリカ ハイン缶・みかん缶・もも缶
15	牛乳 クラッカー	炊きおこわ	竹輪と干し椎茸のすまし汁 ぶりのゆず味噌焼き ブロッコリーの海苔和え	牛乳 メロンパン	麦茶 クラッカー	味噌・ちくわ・牛乳・ぶり 豚挽肉	体の調子を整えるもの 椎茸・三つ葉・ゆず・ブロッコリー 人参・海苔の佃煮・干し椎茸
18	牛乳 食パン	2色オムライス	和風シチュー もやしとささみの酢の物 りんご	牛乳 ツナと大葉の ガーリックパスタ	麦茶 乾パン	豆乳・味噌・ツナ缶・牛乳 鶏小間・卵シート・鶏むね肉	体の調子を整えるもの 玉葱・にんにく・蓮根・人参・かぶ しめじ・パセリ・きゅうり・もやし りんご・しそ・トマト缶・わかめ
27	牛乳 煮干し	きのこ ストロガノフ	豚肉とにらの味噌汁 春雨サラダ	牛乳 磯風味ポテト	麦茶 焼き菓子	するめいか・生クリーム・味噌 煮干し・春雨・厚揚げ・牛乳 じゃこ・豚小間・ハム	体の調子を整えるもの 玉葱・舞茸・椎茸 しめじ・にんにく・パセリ・長葱 ニラ・もやし・人参・きゅうり 青のり・マッシュルーム
30	牛乳 干し芋	スープ スパゲッティ	挽肉と里芋のあんかけ煮 果物	牛乳 焼き菓子	麦茶 おせんべい	里芋・じゃが芋・干し芋 スパゲッティ・バター・三温糖 片栗粉・サラダ油・焼き菓子	体の調子を整えるもの 玉葱・セロリ・しめじ・人参 ピーマン・みかん

暖かい日も多くなり、春の訪れを感じる3月。給食を食べている姿を見ていると、「大きくなったな」と感じます。苦手だったものも食べられるようになってきたお返事も多いのではないのでしょうか。是非お家でもこの一年の成長を振り返ってみてください。つばめ組さんはもうすぐ卒園です。3月はつばめ組さんのリクエリストメニューを多く取り入れた献立となっております。楽しんで食べてください。

☆ 4日(月) ひな祭りの行事食です。お返はちらし寿司、おやつは桜餅でお祝いします。  
☆ 13日(水) 誕生会のお祝いメニューです。  
☆ 15日(金) 卒園式のお祝いメニューです。つばめ組さんには卒園のお祝い弁当で、特別メニューを用意しています。

※材料入荷の都合により献立の一部を変更する場合があります。  
※調理の都合上、欠席連絡は、9時迄にお願いします。

