

☆ 3 月 献 立 予 定 表 ☆

日	曜	昼食	材料	おやつ	材料	日	曜	昼食	材料	おやつ	材料	
1	月	★カレーライス ツナチーズオムレツ	スープ	米、豚肉、にんじん、たまねぎ、かぼ ちや、いんげん、中濃ソース、ケチャッ プ、カレールウ/卵、ツナ缶、たまねぎ、 ピザ用チーズ/ブロッコリー/ミニトマト/コ ンソメ、キャベツ、たまねぎ、しめじ	★ピザトースト 果物	食パン、ピーマン、 ベーコン、たまねぎ、ピ ザ用チーズ/果物	8	御飯	けんちん汁	米/かかれい/切り昆布、にんじ ん、れんこん、さつま揚げ/白 菜、きゅうり/木綿豆腐、にんじ ん、だいごん、ごぼう、しいたけ、 油揚げ	★ホットドック りんごジュース	ドッグパン、ウイン ナー、キャベツ、ケ チャップ、マヨネーズ/ りんごジュース
15		茹でブロッコリー ミニトマト					22	切り昆布炒め煮 白菜のナムル				
29		15日 トライカレー、ほんべんのバター醤油焼き 29日 中華丼		15日 米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャッ プ、中濃ソース、カレールウ/ほんべん 29日 米、豚肉、白菜、にんじん、キャベツ、もやし、しいた け、ピーマン、たまねぎ	29日 きなこドーナツ ヨーグルト	ホットケーキ粉、卵、 きな粉/ヨーグルト						
2	火	御飯	みそ汁	米/鶏肉、たまねぎ/春雨、に んじん、きゅうり、ハム/ひじき、 にんじん、油揚げ、こんにゃく/ 白菜、ねぎ、わかめ	豆乳くずもち 果物	豆乳、片栗粉、きな 粉/果物	9	五目御飯	かきたま汁	米、油揚げ、しいたけ、にんじ ん、いんげん、しめじ/生揚げ、 豚ひき肉、たまねぎ、万能ねぎ /かぶ、かぶの葉/キャベツ、にん じん/卵、たまねぎ、ほうれん草	さきいかフリッター（幼児） フライドおさつ（乳幼児） おせんべい	さきいか、てんぷら粉 /さつまいも/おせんべ い
16		中華風ローストチキン 春雨サラダ ひじきの炒め煮					23	生揚げのそぼろあんかけ かぶの含め煮 茹で野菜				
30		16日 ハンバーグ		豚ひき肉、玉ねぎ、卵、牛乳								
3	水	◆ひなまつりメニュー◆ カップちらし寿司	さつまいも甘煮 すまし汁	米、鶏ひき肉、にんじん、卵、 でんぶ、絹さや/さわら/なば な、にんじん、キャベツ、マヨ ネーズ、ごま/さつまいも/しいた け、ほうれん草、万能ねぎ、焼	★恵方巻風フルーツロールケー 小魚	食パン、生クリーム、 クリームチーズ、いちご ジャム、いちご、みか ん缶/小魚	10	御飯	みそ汁	米/鶏肉/だいごん、ベーコン/ キャベツ、にんじん、きゅうり、 コーン缶/白菜、たまねぎ、ほう れん草	にんじんケーキ 牛乳	ホットケーキ粉、にん じん、卵、牛乳/牛 乳
17		さわらの塩焼き なばなのごまマヨ和え					24	大根のベーコン煮 コールスローサラダ				
31		17日 ゆかり御飯 31日 ゆかり御飯 ちくわ磯辺揚げ		17日 米、ゆかり粉 31日 米、ゆかり粉/ちくわ、てんぷら粉、青の り	31日 焼きそばパン 果 物	ドッグパン、焼きそばめん、豚肉、 にんじん、キャベツ、たまねぎ、中 濃ソース	24日 キャロットライス スープ ウィナーポテト、鶏の唐揚げ、パ ターコーン、人参グラッセ、ブロッコリー、グレープセー	米、にんじん/白菜、ベーコン/ウインナー、じゃが いも/鶏肉/コーン缶/にんじん/ブロッコリー/ぶど うジュース、粉寒天	24日 カップケーキ 牛 乳	ホットケーキ粉、卵、牛乳、生ク リーム、いちご/牛乳		
4	木	御飯	みそ汁	米/さけ/キャベツ、きゅうり、塩 昆布/切干大根、にんじん、油 揚げ/ほうれん草、木綿豆腐、 えのきたけ、たまねぎ	★りんごゼリー ビスケット	りんごジュース、粉寒 天/ビスケット	11	御飯	マカロニスープ	米/豚肉、たまねぎ、マッシュ ルーム、トマト缶、コンソメ/にん じん、いんげん、コーン缶/ジャ がいも/コンソメ、キャベツ、ペー コン、マカロニ、たまねぎ	★鮭おにぎり 果物	米、さけ、ごま/果物
18		★魚の照り焼き 春キャベツときゅうりの即席漬 切り干し大根煮			18日 クッキー	クッキー	25	豚肉のトマト煮 ミックスベジタブル 粉ふき芋				
5	金	御飯	みそ汁	米/豚肉、たまねぎ、しょうが/ じゃがいも、しらす干し、青の り、ごま/小松菜、にんじん、ハ ム/もやし、しめじ、焼ぶ、万能 ねぎ	ナポリタン チーズ	スパゲティ、ウイン ナー、たまねぎ、ピーマ ン、ケチャップ、粉チー ズ/チーズ	12	御飯	みそ汁	米/かじき、ごま/にんじん、いん げん、凍り豆腐、大豆缶、大 根/小松菜、にんじん、かつお 節/えのきたけ、ごぼう、にんじ ん	★パンケーキ 牛乳	ホットケーキ粉、卵、 牛乳、メープルシロッ プ/牛乳
19		豚のしょうが焼き じゃがいもしらすソテー ハム和え					26	魚のごま味噌焼き 五目豆 小松菜のおかか和え				
6	土	あんかけうどん 豚の香味焼き		干うどん、鶏肉、にんじん、しめ じ、万能ねぎ/豚肉、ねぎ、た まねぎ/さつまいも/キャベツ	ビスケット 小魚	ビスケット/小魚	13	わかめうどん ピーマンの肉づめ		干うどん、生わかめ、万能ねぎ/ ピーマン、たまねぎ、豚ひき肉、 卵、牛乳、ケチャップ/れんこ ん、ごま油/ほうれん草、かつお 節	ヨーグルト 塩せんべい	ヨーグルト/塩せんべ い
		さつまいもきんぴら 茹でキャベツ					27	れんこんのきんぴら ほうれん草のお浸し				

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。