

[3月の目標]

成長を喜び、一年間をふりかっえてみましよう

3日(木)

誕生会  
送る会

バイキング  
ごはんはいりません。

10日(土)

お別れ会  
クッキング  
(5歳児)

カレーライス作り  
5歳児さんは、エゴロシ、三角巾を忘れないようにして下さい。  
ごはんはいりません。

| 日  | 曜 | 未満児<br>おやつ                  | 献立名                                                                                     | 調味料                                              | 材 料 名                            |                         |                                                                            | 未満児<br>主食                | おやつ                                      | kcal.         |
|----|---|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|---------------|
|    |   |                             |                                                                                         |                                                  | 赤、血や肉になる                         | 黄、熱や力となる                | 緑、調子をはたのえる                                                                 |                          |                                          |               |
| 1  | 火 | せんべい<br>牛乳                  | エビチリ<br>中華風酢の物<br>わかめスーゾ                                                                | ケチャップ<br>醤油 酢 砂糖 油<br>中華だし 醤油                    | えび<br>かにかまぼこ<br>わかめ              | 米 油<br>春雨<br>白ごま        | 玉葱 にんにく ピーマン<br>人参 きゅうり コーン<br>葱                                           | ごはん                      | 大豆スコーン<br>牛乳                             | 未559<br>以306  |
| 2  | 水 | ビスケット<br>牛乳                 | ひじき入り卵焼き<br>きゃべツの梅おかか和え<br>大根の味噌汁                                                       | 塩 だし汁 味噌<br>梅干し 醤油<br>だし汁 味噌                     | 鶏ひき肉 ひじき 卵<br>かつお節               | 米 油                     | 人参 玉葱 ピーマン<br>人参 キヤベツ 梅干し<br>人参 大根                                         | ごはん                      | ハムクーヘン ジョア<br>以上販売さんは小魚の<br>かつおブリングが付けます | 未638<br>以399  |
| 3  | 木 | クッキー<br>牛乳<br>誕生会<br>送る会    | サンボイッチ<br>チキンライイス<br>カレー風味唐揚げ<br>ハンバーグ<br>春雨サラダ<br>ポテトサラダ<br>フロッキー ミートスト<br>コンソメスーゾ みかん | ケチャップ<br>カレー粉 醤油<br>塩 こしょう<br>醤油 酢 砂糖 油<br>マヨネーズ | 鶏もも肉 卵<br>豚挽き肉 卵<br>かにかまぼこ<br>ハム | 米<br>パン粉<br>春雨<br>じゃがいも | 人参 玉葱<br>にんにく 玉葱<br>人参 きゅうり コーン<br>人参 きゅうり コーン<br>人参 玉葱<br>人参 玉葱 みかん チェリー缶 | サンボ<br>イツチ<br>チキン<br>ライス | ケーキ<br>牛乳                                | 未872          |
| 4  | 金 | せんべい<br>牛乳                  | みそ焼肉<br>キャベツの炒め煮<br>豆腐の味噌汁                                                              | 味噌 みりん<br>醤油 みりん<br>だし汁 味噌                       | 豚ロース肉<br>かまぼこ 油揚げ<br>豆腐 わかめ      | 米 油                     | 人参 キヤベツ ピーマン<br>葱                                                          | ごはん                      | おにぎり<br>麦茶                               | 未647<br>以451  |
| 5  | 土 | ビスケット<br>牛乳                 | 親子煮<br>麴の味噌汁<br>牛乳                                                                      | 醤油 みりん<br>だし汁 味噌                                 | 鶏もも肉 卵<br>牛乳                     | 米 麴                     | 人参 玉葱 ピーマン<br>人参 玉葱<br>みかん                                                 | ごはん                      | ハムクーヘン<br>ジュース                           | 未732<br>以504  |
| 6  | 日 | お休み                         | お休み                                                                                     | お休み                                              | お休み                              | お休み                     | お休み                                                                        | お休み                      | お休み                                      | お休み           |
| 7  | 月 | クッキー<br>牛乳                  | 鯉のみそマヨネーズ焼き<br>ツチ和え<br>にらの味噌汁                                                           | 味噌 マヨネーズ<br>醤油<br>だし汁 味噌                         | 鯉<br>ソーチキン<br>豆腐                 | 米                       | 人参 きゅうり キヤベツ<br>人参 にら                                                      | ごはん                      | じゃが芋ポーナツ<br>牛乳                           | 未689<br>以441  |
| 8  | 火 | せんべい<br>牛乳                  | 豚肉の甘酢ソテー<br>フロッキーのサラダ<br>キャベツの味噌汁 みかん                                                   | 醤油 みりん<br>醤油 酢 砂糖 油<br>だし汁 味噌                    | 鶏ささみ肉<br>かにかまぼこ                  | 米 白ごま 片栗粉 油             | 玉葱 コーン 生姜<br>人参 フロッキー コーン<br>人参 キヤベツ みかん                                   | ごはん                      | いちこの蒸しパン<br>牛乳                           | 未687<br>以464  |
| 9  | 水 | ビスケット<br>牛乳                 | ささみの唐揚げ<br>春雨サラダ<br>かぶの味噌汁                                                              | 醤油 みりん<br>醤油 酢 砂糖 油<br>だし汁 味噌                    | 鶏ささみ肉<br>かにかまぼこ                  | 米 片栗粉 油                 | 人参 きゅうり コーン<br>人参 かぶ                                                       | ごはん                      | アツアルパイ<br>牛乳                             | 未686<br>以464  |
| 10 | 木 | クッキー<br>牛乳<br>お別れ会<br>クッキング | シーフードカレー<br>福神漬け<br>フルーツポンチ                                                             | カレールー<br>砂糖                                      | 豚バラ肉 えび いか                       | 米 じゃがいも 油               | 人参 玉葱 グリンピース<br>みかん缶 バベツ缶 モモ缶<br>バナナ イチゴ キウイ オレンジ                          | ごはん                      | クッキー<br>牛乳                               | 未660<br>以573  |
| 11 | 金 | せんべい<br>牛乳                  | カルピス<br>しらす入り卵焼き<br>すき昆布の煮物<br>じゃがいも味噌汁                                                 | 塩 だし汁<br>醤油 みりん だし汁<br>だし汁 味噌                    | わかめ しらす 卵<br>かまぼこ 油揚げ 昆布         | 米 油<br>油 じゃがいも          | 人参 玉葱<br>人参<br>人参                                                          | ごはん                      | さつま芋の揚げ団子<br>牛乳                          | 未658<br>以415  |
| 12 | 土 | ビスケット<br>牛乳                 | シチュー<br>バナナ                                                                             | シチュールー                                           | 鶏もも肉<br>牛乳                       | 米 油 じゃがいも               | 人参 玉葱 コーン グリンピース<br>バナナ                                                    | ごはん                      | バターロール<br>ジュース                           | 未732<br>以415  |
| 13 | 日 | お休み                         | お休み                                                                                     | お休み                                              | お休み                              | お休み                     | お休み                                                                        | お休み                      | お休み                                      | お休み           |
| 14 | 月 | クッキー<br>牛乳                  | タンポローチキン<br>マカロニサラダ<br>かぶの味噌汁                                                           | 醤油 カレー粉<br>マヨネーズ<br>だし汁 味噌                       | 鶏もも肉<br>ヨーグルト<br>油揚げ             | 米 マカロニ                  | 人参 きゅうり コーン<br>人参 かぶ                                                       | ごはん                      | 南瓜マッシュの蒸しパン<br>牛乳                        | 未592<br>以365  |
| 15 | 火 | せんべい<br>牛乳                  | 鶏ももの照り焼き<br>もやし煮<br>キャベツの味噌汁 みかん                                                        | 醤油 みりん 砂糖<br>醤油 みりん だし汁<br>だし汁 味噌                | 鶏もも肉<br>かまぼこ 油揚げ                 | 米 油<br>小麦粉              | 人参 もやし ピーマン<br>人参 キヤベツ みかん<br>人参 玉葱<br>人参 ほうれん草                            | ごはん                      | 人参蒸しパン<br>牛乳                             | 未638<br>以447  |
| 16 | 水 | ビスケット<br>牛乳                 | 豆腐の揚げ団子<br>ほうれん草のごま和え<br>麴の味噌汁                                                          | 醤油 塩<br>醤油 砂糖 だし汁<br>だし汁 味噌                      | 豆腐 鶏ひき肉 卵                        | 米 油 小麦粉<br>すりごま         | 人参 玉葱<br>人参                                                                | ごはん                      | ミニクリームパン<br>ジュア                          | 未621<br>以410  |
| 17 | 木 | クッキー<br>牛乳                  | かじきの変わり揚げ<br>ツナサラダ<br>にらの味噌汁                                                            | 砂糖 カレー粉 醤油<br>醤油 酢 砂糖 油<br>だし汁 味噌                | かじき 卵<br>シーチキン<br>豆腐             | 米 片栗粉 油                 | 人参 人参<br>人参 にら                                                             | ごはん                      | ピザトースト<br>牛乳                             | 未744<br>以547  |
| 18 | 金 | せんべい<br>牛乳                  | ドライカレー<br>コンソメスーゾ みかん                                                                   | カレー粉 ケチャップ<br>コンソメ 砂糖                            | 豚挽き肉                             | 米 油                     | 人参 玉葱 にんにく 生姜<br>人参 玉葱 みかん                                                 | ごはん                      | フリッ<br>ビスケット                             | 未632<br>以396  |
| 19 | 土 | ビスケット<br>牛乳                 | 麻婆豆腐<br>玉葱の味噌汁<br>牛乳                                                                    | 醤油 みりん 中華だし<br>だし汁 味噌                            | 豆腐 豚挽き肉                          | 米 片栗粉                   | 人参 玉葱 ピーマン 生姜<br>人参 玉葱                                                     | ごはん                      | ミニあんぱん<br>ジュース                           | 未667<br>以440  |
| 20 | 日 | お休み                         | お休み                                                                                     | お休み                                              | お休み                              | お休み                     | お休み                                                                        | お休み                      | お休み                                      | お休み           |
| 21 | 月 | クッキー<br>牛乳                  | 赤魚の煮付け<br>ひじき煮<br>大根の味噌汁 みかん                                                            | 醤油 みりん<br>醤油 だし汁<br>だし汁 味噌                       | 赤魚<br>ひじき 大豆                     | 米 油                     | 生姜 キヤベツ ピーマン<br>人参 大根 みかん<br>人参 人参 生姜 きゅうり                                 | ごはん                      | カスタードパイ<br>牛乳                            | 未5537<br>以315 |
| 22 | 火 | せんべい<br>牛乳                  | 豚肉と大根のこつてり煮<br>カリフラワーのサラダ<br>玉葱の味噌汁                                                     | 醤油 みりん 砂糖 油<br>醤油 酢 砂糖 油<br>だし汁 味噌               | 豚バラ肉                             | 米 油 片栗粉                 | 人参 玉葱<br>人参 玉葱                                                             | ごはん                      | 小豆蒸しパン<br>牛乳                             | 未754<br>以542  |
| 23 | 水 | ビスケット<br>牛乳                 | わかめ入り卵焼き<br>白菜のおかか和え<br>豆腐の味噌汁                                                          | 塩 だし汁<br>醤油<br>だし汁 味噌                            | わかめ 鶏ひき肉 卵<br>かつお節 豆腐            | 米 油                     | 人参 玉葱 ピーマン<br>人参 ほうれん草 白菜<br>人参 玉葱                                         | ごはん                      | きな粉蒸しパン<br>牛乳                            | 未672<br>以454  |
| 24 | 木 | クッキー<br>牛乳                  | ポークケチャップ<br>キャベツのごま和え<br>コンソメスーゾ                                                        | ケチャップ<br>醤油 砂糖<br>コンソメ                           | 豚ロース肉                            | 米 油<br>すりごま             | 玉葱 キヤベツ<br>人参 玉葱                                                           | ごはん                      | ゼリー<br>せんべい                              | 未519<br>以293  |
| 25 | 金 | クッキー<br>牛乳                  | お休み                                                                                     | お休み                                              | お休み                              | お休み                     | お休み                                                                        | お休み                      | お休み                                      | お休み           |
| 26 | 土 | お休み                         | お休み                                                                                     | お休み                                              | お休み                              | お休み                     | お休み                                                                        | お休み                      | お休み                                      | お休み           |
| 27 | 日 | お休み                         | お休み                                                                                     | お休み                                              | お休み                              | お休み                     | お休み                                                                        | お休み                      | お休み                                      | お休み           |
| 28 | 月 | せんべい<br>牛乳                  | 鯉味噌焼き<br>お浸し<br>じゃがいも味噌汁                                                                | 味噌 みりん 砂糖<br>醤油<br>だし汁 味噌                        | 鯉<br>かつお節 かまぼこ                   | 米 じゃがいも                 | 人参 ほうれん草<br>人参                                                             | ごはん                      | カスター<br>牛乳                               | 未623<br>以414  |
| 29 | 火 | ビスケット<br>牛乳                 | シユウサイ<br>切干し大根の煮物<br>麴の味噌汁                                                              | 醤油<br>醤油 みりん だし汁<br>だし汁 味噌                       | シユウサイ<br>かまぼこ 油揚げ<br>わかめ         | 米                       | 人参 切干し大根 ピーマン<br>葱                                                         | ごはん                      | バナナ<br>せんべい<br>ジュア                       | 未461<br>以217  |
| 30 | 水 | クッキー<br>牛乳                  | 生薑焼き<br>ひじきサラダ<br>大根の味噌汁                                                                | 醤油 みりん<br>醤油 酢 砂糖 油<br>だし汁 味噌                    | 豚ロース肉<br>豚ロース肉<br>ひじき            | 米 油<br>春雨               | 生姜 きゅうり コーン<br>人参 大根<br>人参 玉葱 みかん                                          | ごはん                      | ヨーグルト<br>ビスケット                           | 未532<br>以304  |
| 31 | 木 | ビスケット<br>牛乳                 | 麴の味噌汁 みかん<br>お弁当の日                                                                      | だし汁 味噌                                           | 麴                                | 米 麴                     | 人参 玉葱                                                                      | お弁当                      |                                          | 未330<br>以219  |

愛情弁当をお願い致します。  
おかずの中には、  
フルーツを入れないで  
ください。

31日(木)  
お弁当の日

卒園式

紅白あんもちがでます。