

3月献立表

2024年3月



まなぶ保育園

日付	献立名	おやつ	材料名	(○はおやつ材料)	
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の弱子を整えるもの
1 金	四色そぼろごはん 白菜と水菜の和え物 あさり汁 黄桃缶	(カルビス ひなあられ) 3色だんご 保育乳	保育乳、鶏肉、ツナ油漬缶、○調製豆乳、でんぶ	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○油、○砂糖、焼ふ	○いちご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、○いちごジャム、○トマトソース、いんげん、マーマレード、ねぎ、かんぴょう(乾)、干しいたけ、焼きのり、カットわかめ
2 土	ぞうすい チキンから揚げ バナナ	保育乳 ホットドック	保育乳、三枚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、○みそ	沖縄そば、○米、○三温糖、砂糖、すりごま	タンカン、にんじん、こまつな、キャベツ、ねぎ、○味付けのり
4 月	タコライス 中で卵 春雨スープ パイン缶	保育乳 はちみつレモンケーキ	保育乳、鶏肉、ツナ油漬缶、○調製豆乳、でんぶ	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○油、○砂糖、焼ふ	○いちご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、○いちごジャム、○トマトソース、いんげん、マーマレード、ねぎ、かんぴょう(乾)、干しいたけ、焼きのり、カットわかめ
5 火	十穀ごはん 納豆 切干大根と豚肉の炒め物 青菜みそ汁 オレンジ	保育乳 チーズスコーン	保育乳、調製豆乳、沖縄豆腐、○卵、鶏もも肉、○牛乳、ツナ油漬缶、粉チーズ	米、○ホットケーキ粉、○三温糖、○無塩バター、マカロニ、○生クリーム、小麦粉、無塩バター、○砂糖	○いちご、ブロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン缶、赤ピーマン、ねぎ
6 水	肉わかめうどん キャベツ和え物 バナナ	保育乳 鮭おにぎり	保育乳、三枚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、○みそ	沖縄そば、○米、○三温糖、砂糖、すりごま	タンカン、にんじん、こまつな、キャベツ、ねぎ、○味付けのり
7 木	ふりかけごはん ハンバーグ フライドポテト ブロッコリーソテー 卵スープ 黄桃缶	アンパンマンジュース 誕生日ケーキ (チーズケーキ)	保育乳、豚肉、ウインナー、ツナ油漬缶、○きな粉	米、○ロールパン、じゃがいも、○砂糖、○揚げ油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、きゅうり、ピーマン、しめじ
8 金	☆ お弁当会 ☆	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト	ビスケット	
9 土	親子どんぶり 青菜みそ汁 バナナ	保育乳 ジャムサンド	豚ひき肉	米	たまねぎ、パイン缶、にんじん、ピーマン、にんにく
11 月	十穀ごはん 沖縄風煮付け 小魚の佃煮 キャベツみそ汁 パイン缶	保育乳 豆乳くずもち	保育乳、三枚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、○みそ	沖縄そば、○米、○三温糖、砂糖、すりごま	タンカン、にんじん、こまつな、キャベツ、ねぎ、○味付けのり
12 火	ミートソーススパゲッティ ほうれん草和え物 卵スープ 黄桃缶	保育乳 みそおにぎり	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ	米、○小麦粉、○砂糖、○ラード、マヨネーズ、はるさめ、○紅芋、油、砂糖、小麦粉	○オレンジ、だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、えのきたけ、ピーマン
13 水	十穀ごはん 鮭の塩焼き クーブリチー 白菜みそ汁 オレンジ	保育乳 クッキー	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○砂糖、はるさめ、押麦、○揚げ油、砂糖、油、○黒ごま、片栗粉	○りんご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが
14 木	十穀ごはん 松風焼き 青菜ソテー 豆腐スープ りんご	保育乳 南蛮ケーキ	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○砂糖、はるさめ、押麦、○揚げ油、砂糖、油、○黒ごま、片栗粉	○りんご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが
15 金	カレーライス ウインナー ブロッコリーの和え物 パイン缶	保育乳 クロックムッシュ	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ	米、○小麦粉、○砂糖、○ラード、マヨネーズ、はるさめ、○紅芋、油、砂糖、小麦粉	○オレンジ、だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、えのきたけ、ピーマン
16 土			卒園式		
18 月	十穀ごはん 手羽元のマーマレード焼き ひじき炒め 青菜すまし汁 黄桃缶	保育乳 黒糖アガラサー	保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、○ブレーンヨーグルト、みそ、○卵、○きな粉、ちくわ	米、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、片栗粉、砂糖、すりごま	○パイン缶、だいこん、にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな
19 火	十穀ごはん 肉とうふ煮 大根の和え物 卵スープ オレンジ	保育乳 シリアルレバー	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○砂糖、はるさめ、押麦、○揚げ油、砂糖、油、○黒ごま、片栗粉	○りんご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが
20 水			春 分 の 日		
21 木	十穀ごはん 豚と野菜しょうが焼き しゅうまい じゃがいもみそ汁 パイン缶	保育乳 黒糖ちんすこう	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶、油揚げ	○さつまいも、米、○小麦粉、サラダ用スパゲティー、○揚げ油、和風ドレッシング、あわ、油、三温糖、片栗粉	○りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、しうが、カットわかめ
22 金	沖縄そば キャベツの和え物 バナナ	保育乳 ジューシーおにぎり	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶、油揚げ	○さつまいも、米、○小麦粉、サラダ用スパゲティー、○揚げ油、和風ドレッシング、あわ、油、三温糖、片栗粉	○りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、しうが、カットわかめ
23 土	そぼろどんぶり チキンナゲット 豆腐みそ汁	保育乳 ジャムサンド	保育乳、三枚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、○みそ	沖縄そば、○米、○三温糖、砂糖、すりごま	タンカン、にんじん、こまつな、キャベツ、ねぎ、○味付けのり
25 月	十穀ごはん ホキのコーンマヨ焼き 野菜炒め もずくスープ 黄桃缶	保育乳 バナナケーキ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○調製豆乳、○卵、油揚げ	米、○ホットケーキ粉、はるさめ、○油、○黒砂糖、砂糖、揚げ油、片栗粉、ごま油	○バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、パイン缶、ピーマン、黒きらげ、干しいたけ
26 火	ごはん クリームシチュー ワインナー インゲンの和え物 パイン缶	保育乳 フレンチトースト	保育乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶	○米、スパゲティー、じゃがいも、和風ドレッシング、砂糖	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、干しいたけ、○塩こんぶ
27 水	十穀ごはん 豆腐の中華煮 納豆 ソーメン汁 オレンジ	保育乳 サーティー・アンド・ギー	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶、油揚げ	○さつまいも、米、○小麦粉、サラダ用スパゲティー、○揚げ油、和風ドレッシング、あわ、油、三温糖、片栗粉	○りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、しうが、カットわかめ
28 木	カレーうどん ブロッコリー和え物 バナナ	保育乳 寿司おにぎり	保育乳、さけ、挽きわり納豆、豚肉、○卵、けんどうけみそ	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、○揚げ油、押麦、油、○ラード	○もも缶、キャベツ、にんじん、だいこん、長ねぎ、ピーマン、ひじき
29 金	☆ お弁当の日 ☆	保育乳 ツナトースト			
30 土	☆ お弁当の日 ☆	保育乳 ジャムサンド			

*保育園の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります