



# 3月給食献立表



2023年 カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。

林田保育園

日曜	昼食	10時(3未) ミルク	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 水	鶏大根 ブロッコリーのサラダ キャベツのみそ汁 りんご	シガーフライ	♪さつまいも スティック	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏もも ロースハム・油揚げ・煮干 みそ	揚げせんべい・上白糖 マヨネーズ さつまいも・調合油	大根・ブロッコリー・人参・キャベツ たまねぎ・わかめ・りんご
2 木	クリームシチュー ごぼうサラダ 白花豆の甘煮 バナナ	さきすめ	クラッカー サンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・鶏もも・ベーコン 白花豆	マヨネーズ クラッカー・いちごジャム	チンゲンサイ・たまねぎ・人参・しめじ コーン・グリーンピース・ごぼう・きゅうり バナナ
3 金	♪ちらし寿司 鯖の塩焼き すまし汁 いちご	かみかみこんぶ	ひな祭りゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・竹輪 油揚げ・高野豆腐・卵・さわら 豆腐・煮干	米・上白糖・調合油・麩	昆布・椎茸・れんこん・人参 さやえんどう・のり・みつば わかめ・いちご・オレンジ飲料
4 土	しょうゆラーメン 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚焼・煮干 チーズ	中華めん・上白糖・マーガリン パン	キャベツ・もやし・コーン・人参 ねぎ・生姜・バナナ
6 月	ハヤシ風チキン カリフラワーのサラダ なめこのみそ汁 オレンジ	ビスケット	お好み焼き	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 ツナ缶・豆腐・煮干・みそ 豚ばら	ビスケット・上白糖 プレミックス粉	たまねぎ・人参・ピーマン カリフラワー・ブロッコリー なめこ・ねぎ・わかめ オレンジ・キャベツ・あおさ
7 火	けんちん汁 ポパイサラダ ゆで卵 チーズ バナナ	さきすめ	チョコサンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・するめ 豚肉・豆腐・油揚げ・煮干 ロースハム・卵・チーズ	さといも・マヨネーズ・パン チョコレートクリーム	人参・大根・ごぼう・ねぎ・椎茸 ほうれんそう・コーン・バナナ
8 水	♥誕生日会♥ チキンライス ♪鶏肉のから揚げ レンコンサラダ ほうれん草のスープ いちご	シガーフライ	ケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 ロースハム・ウインナー	揚げせんべい・米・片栗粉 調合油 ごま・マヨネーズ ショートケーキ	人参・たまねぎ・しめじ・えだまめ トマトジュース・生姜 れんこん・きゅうり ほうれんそう・いちご・みかん缶詰
9 木	ミートローフ ほうれんそうのりしめじ わかめスープ バナナ	パン	マーブル クッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 合挽肉・生クリーム	パン・いちごジャム・上白糖 パン粉・薄力粉 ホットケーキMIX・バター	たまねぎ・ほうれんそう・もやし 人参・のり・ねぎ・コーン・わかめ バナナ
10 金	鮭のムニエル きんぴらごぼう えのきのみそ汁 いちご	かみかみこんぶ	たい焼き	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・さけ 竹輪・油揚げ・豆腐・煮干 みそ	薄力粉・バター・ごま 上白糖・ごま油・今川焼	昆布・レモン・ごぼう・人参・ひじき グリーンピース・えのきたけ・ねぎ わかめ・いちご
11 土	ミートスパゲティ 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・合挽肉 チーズ・煮干	パスタ・上白糖・マーガリン パン	たまねぎ・人参・椎茸・ピーマン グリーンピース・バナナ
13 月	鶏のみそ焼き ひじきの煮つけ すまし汁 いちご	ビスケット	プリン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 みそ・油揚げ・竹輪・豆腐 かまぼこ・煮干	ビスケット・上白糖・調合油 プリンの素	にんにく・ひじき・人参 グリーンピース・ねぎ・わかめ いちご
14 火	♪カレーライス キャベツのサラダ ゆで卵 チーズ バナナ	さきすめ	♪チョコチップ マフィン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・するめ 牛肉・ロースハム・卵 チーズ・生クリーム	じゃがいも・マヨネーズ 調合油・ホットケーキMIX 薄力粉・バター 上白糖・チョコレート	たまねぎ・人参・しめじ ほうれんそう・コーン・キャベツ りんご・きゅうり・バナナ
15 水	レバニラ 中華風サラダ こまつなのスープ りんご	シガーフライ	チーズトースト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肝臓 ロースハム・チーズ	揚げせんべい・上白糖・調合油 春雨・ごま油・ごま・パン	にら・もやし・生姜・きゅうり・人参 こまつな・たまねぎ・りんご
16 木	♪グラタン ほうれん草のおかか和え キャベツのスープ オレンジ	スナックパン	♪フライドポテト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 鶏肉・チーズ・かつお節 ウインナー	パン・マカロニ・バター 薄力粉・じゃがいも 調合油	しめじ・たまねぎ・コーン・人参 ほうれんそう・もやし・キャベツ オレンジ
17 金	白身魚の蒸しもの 大豆のサラダ 小松菜のみそ汁 いちご	かみかみこんぶ	シュークリーム	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・たら 大豆・ロースハム・みそ 煮干	マヨネーズ・シュークリーム	昆布・えのきたけ・ねぎ・しめじ・人参 ひじき・ほうれんそう・こまつな たまねぎ・わかめ・いちご
18 土	かやくうどん 煮干かりんと チーズ バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・竹輪・油揚げ 煮干・チーズ	うどん・上白糖・マーガリン パン	人参・椎茸・ほうれんそう・ねぎ バナナ
20 月	お別れ遠足(青、白組)・お弁当の日		せんべい		せんべい	
21 火	春分の日					
22 水	コロッケ 切干大根のサラダ ふのみそ汁 オレンジ	パン	サブレ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ツナ缶・みそ・煮干 生クリーム	パン・コロッケ・調合油 ごま油・ごま・麩・薄力粉 ホットケーキMIX マーガリン・上白糖	切干大根・きゅうり・塩昆布・レモン たまねぎ・人参・わかめ・オレンジ
23 木	🌸お別れ会🌸 サンドイッチ チキンナゲット ブロッコリー コーン いちご	シガーフライ	♪やみつき おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ロースハム・鶏肉・天かす	揚げせんべい・パン マヨネーズ 小麦でん粉・調合油 コーン・めし	きゅうり・ブロッコリー・いちご あおさ
24 金	鯖の煮付け ほうれん草のサラダ ブロッコリーとひじきのサラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ	かみかみこんぶ	プリンタルト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・さば ツナ缶・豆腐・油揚げ・煮干 みそ	上白糖・マヨネーズ ホットケーキMIX プリンの素	昆布・生姜・ブロッコリー・人参 ひじき・コーン・ねぎ・わかめ オレンジ
25 土	🎓 卒園おめでとう 🎓 第44回卒園式					
27 月	牛肉と小松菜のカレーソテー さつまいもの甘煮 わかめのみそ汁 いちご	ビスケット	ぶどうゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・牛肉 豆腐・みそ・煮干	ビスケット・さつまいも 上白糖	こまつな・赤ピーマン・たまねぎ にんにく・人参・わかめ・いちご ぶどう飲料・寒天
28 火	肉みそ丼 キャベツの塩昆布和え ゆで卵 チーズ バナナ	さきすめ	あずきむしばん	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 するめ・豚ひき肉・みそ 卵・チーズ	調合油・上白糖・つぶあん ホットケーキMIX	生姜・たまねぎ・赤ピーマン・しめじ えだまめ・キャベツ・人参 塩昆布・バナナ
29 水	鶏肉のパーベキューソース コールスローサラダ きのこのみそ汁 オレンジ	スナックパン	ごぼうチップス	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 ロースハム・豆腐・煮干 みそ	パン・上白糖・調合油 マヨネーズ	生姜・にんにく・キャベツ きゅうり・人参・しめじ えのきたけ・ねぎ・わかめ オレンジ・ごぼう・れんこん
30 木	麻婆春雨 シュウマイ 豆腐のスープ りんご	シガーフライ	フルーチェ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豚肉 鶏ひき肉・豆腐	揚げせんべい・春雨・上白糖 ごま油・ぎょうざの皮	生姜・にら・人参・もやし・椎茸 たまねぎ・こまつな・りんご いちご
31 金	魚のパン粉焼き かぼちゃサラダ 白菜のみそ汁 オレンジ	かみかみこんぶ	♪ホットケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・かれい ロースハム・煮干・みそ	パン粉・オリーブ油 マヨネーズ ホットケーキMIX・バター	昆布・かぼちゃ・きゅうり・人参 白菜・ねぎ・たまねぎ オレンジ

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。3日はひな祭りです。黄、青、白組はご飯はいりません。8日は誕生日会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。23日はお別れ会です。黄、青、白組はご飯はいりません。 ※都合により変更になる場合があります。

♪は白組のリクエスト献立です。