



3月予定献立表



令和5年3月
ちいさなたね保育園

日付	午前おやつ	昼食	主な材料	午後おやつ
1・15 29 (水)	ビスケット 牛乳	白飯 大豆入り松風焼き ブロッコリーサラダ 味噌汁	米・豚肉・鶏肉・玉葱・米粉・味噌・みりん 青のり・ブロッコリー・人参・わかめ・三温糖 胡麻油・米酢・醤油・えのき・木綿豆腐・味噌 焼き海苔・牛乳	塩おにぎり 牛乳
2・16 30 (木)	せんべい 牛乳	白飯 マーマレードチキン 磯香和え 味噌汁	米・鶏肉・マーマレード・大蒜・醤油・キャベツ 人参・小松菜・焼きのり・玉葱・じゃが芋・味噌 薄力粉・オリーブ油・パセリ・トマトジュース 粉チーズ・三温糖・牛乳	トマトチーズクラッカー 牛乳
3 (金) 雛祭り	きらきらコーン 牛乳	そばろごはん 魚の西京焼き ほうれん草のお浸し すまし汁	米・豚肉・醤油・三温糖・人参・いんげん・コーン缶 鮭・味噌・酒・ほうれん草・もやし・鰹節・麩・わかめ 塩・しょうゆ・薄力粉・粉砂糖・いちごパウダー・抹茶 牛乳	雛祭りクッキー 牛乳
17・31 (金)	きらきらコーン 牛乳	チキンカレー キャベツとみかんのサラダ	米・菜種油・玉葱・人参・大蒜・生姜・鶏肉 ピーマン・じゃがいも・コンソメ・ケチャップ・醤油・蜂蜜 りんご・醤油・小麦粉・カレー・キャベツ・きゅうり 麩・黒糖・バター・牛乳	お麩ラスク 牛乳
6・20 (月)	コーンクッキー 牛乳	白飯 豚肉の生姜焼き わかめサラダ 味噌汁	米・豚肉・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・醤油 酒・三温糖・生姜・キャベツ・わかめ・しらす 米酢・ごま油・高野豆腐・ごぼう・味噌・牛乳 薄力粉・BP・マーマレード・オレンジジュース	マーマレード蒸しパン 牛乳
7 (火)	せんべい 牛乳	非常食カレー 切り干し大根の中華和え	非常食カレー・米・切り干し大根・ツナ缶・胡瓜 米酢・醤油・ごま油・胡麻・しらす・わかめ 牛乳	しらすわかめご飯 牛乳
8・22 (水)	ビスケット 牛乳	白飯 生揚げのそばろ煮 ナムル 味噌汁	米・厚揚げ・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・醤油 みりん・三温糖・小松菜・もやし・ひじき・ごま 胡麻油・えのき・わかめ・味噌・餃子の皮・コーン ツナ缶・チーズ・牛乳	餃子ピザ 牛乳
9・23 (木)	せんべい 牛乳	白飯 白身魚のレモンソース 春雨サラダ 味噌汁	米・カラスカレイ・塩・片栗粉・三温糖・醤油 レモン汁・春雨・きゅうり・人参・米酢・ごま油 豚肉・大根・人参・牛蒡・木綿豆腐・味噌・納豆 しらす・牛乳	納豆炒飯 牛乳
10・24 (金)	きらきらコーン 牛乳	白飯 鶏肉の胡麻味噌焼き ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	米・鶏肉・味噌・醤油・みりん・三温糖・ごま ブロッコリー・コーン缶・人参・鰹節・木綿豆腐 玉葱・味噌・薄力粉・BP・粉チーズ・ヨーグルト 牛乳(24日+ポップコーン・バナナ・苺・小魚)	10日チーズスコーン 24日おやつバイキング
11・25 (土)	ビスケット 牛乳	豚汁うどん さつま芋の甘煮 りんご	うどん・豚肉・人参・じゃが芋・油揚げ・味噌 さつま芋・醤油・三温糖・りんご ヨーグルト・菓子・(2歳児以下 牛乳)	ヨーグルト 菓子
13・27 (月)	コーンクッキー 牛乳	白飯 ごまだれ豚しゃぶ さつま芋の和え物 味噌汁	米・鶏肉・豚肉・キャベツ・人参・胡瓜・練りごま 三温糖・醤油・さつまいも・いんげん・いりごま 高野豆腐・わかめ・味噌・もち米・黄な粉 牛乳	きなこおはぎ 牛乳
14・28 (火)	せんべい 牛乳	麻婆丼 野菜の中華和え 味噌汁	米・豚肉・木綿豆腐・人参・玉葱・生姜・胡麻油 味噌・醤油・三温糖・片栗粉・もやし・ツナ缶 胡麻・ごま油・米酢・大根・鰹節・チーズ 牛乳	チーズおかかおにぎり 牛乳

!! 食育の予定は、日にちや内容を変更する場合があります

● 食材の仕入れなどの都合により献立や材料を変更する場合があります

● 食事についてご質問やレシピのリクエストなど御座いましたら、お気軽にお声掛け下さい

● 午前おやつは離乳食が終わってから2歳児までです

