



# 3月保育園献立予定表



日	曜	こ	ん	だ	て	め	い	血や肉になる食品(赤)	からだの調子をよくする食品(緑)	はたらく力になる食品(黄)	10時未満児おやつ	14時未満児幼児おやつ	備考
2	月	ごはん	牛乳	★カレーライス	ブランクフルト	福神和え		牛乳 ぶたにく みそ ブランクフルト(ぶたにく)	にんにく しょうが にんじん たまねぎ りんご キャベツ ぶくじんづけ(きゅうり だいこん うり なす れんこん)	ごはん ジャがいも あぶら カレールウ(ごむぎ)	赤ちゃんせんべい	おこめりんぐ	
3	火	ごはん	牛乳	ちらしずし いわしの梅煮	花麩のすまし汁	ひなゼリー		牛乳 とりにく いわしのうめに(いわし) かまぼこ	えだまめ にんじん かんぴょう れんこん いわしのうめに(うめ) たまねぎ はくさい しいたけ みつば	ごはん さとう ひなゼリー	とうもろこしスナック	幼) ひなあられ 未) ひなあられ	ひなまつり献立
4	水	ごはん	牛乳	ピピンパ(肉炒め ナムル)	ワンタンスープ		牛乳 ぶたにく みそ とりにく	にんにく しょうが もやし ほうれんそう にんじん とうもろこし たけのこ たまねぎ チンゲンサイ	ごはん あぶら ごまあぶら さとう ワンタンのかわ	しらすせんべい	コーンスナック(ソース)		
5	木	ごはん	牛乳	たれチキンカツ 昆布和え	貝だくさん汁		牛乳 カツ(とりにく) こんぶ ぶたにく	はくさい だいこん たまねぎ にんじん こまつな ねぎ しめじ	ごはん カツ(ごむぎ) あぶら さとう	むらさきせんべい	キャラメルコーン		
6	金	パンズパン	牛乳	★ハンバーグのデミソースかけ	★ココア牛乳の素	キャベツサラダ(備蓄)	コーンスープ	牛乳 ハンバーグ(とりにく ぶたにく)	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし たまねぎ にんじん	パンズパン さとう ココア牛乳の素 ドレッシング げんまい	かぼちゃポーロ	クラッカー	
7	土	おかかおにぎり	幼) 昆布おにぎり	牛乳	りんごゼリー						ココロポーロ	たべっこ水族館	
9	月	ごはん	牛乳	鶏肉の甘辛焼き	ひじきの炒め煮	豆腐のみそ汁		牛乳 とりにく ひじき ぶたにく とうふ みそ	にんにく にんじん とうもろこし ごぼう にんじん こんにゃく	ごはん さとう あぶら さとう さといも	赤ちゃんせんべい	こつぶポテコ	
10	火	ごはん	牛乳	★あじフリッター	しそ和え	ちゃんこ汁		牛乳 あじフリッター(あじ) とりだんご(とりにく)	キャベツ きゅうり しそ もやし たまねぎ にんじん しめじ	ごはん あじフリッター(ごむぎ) あぶら	とうもろこしスナック	ロールケーキ	
11	水	ごはん	牛乳	けんちんしのだのあんかけ	小松菜とハムの和え物	大根のうま煮	のりふりかけ	牛乳 けんちんしのだ(さかなすりみ だいず) ハム(とりにく) ぶたにく あつあげ のりふりかけ	けんちんしのだ(にんじん) こまつな はくさい だいこん にんじん こんにゃく えだまめ しょうが	ごはん さとう でんぶ さとう でんぶ	しらすせんべい	ココアフチクッキー	卵除去食 「高菜ごはん」
12	木	ごはん	牛乳	高菜ごはん	れんこんの合わせ揚げ	つぼん汁		牛乳 ぶたにく たまご れんこんのあわせ揚げ(とりにく) とりにく ちくわ	たかなづけ たまねぎ れんこんのあわせ揚げ(れんこん たまねぎ) みずな だいこん にんじん しいたけ	ごはん ごまあぶら れんこんのあわせ揚げ(ごむぎ) あぶら さといも	むらさきせんべい	おにぎりせんべい 乳酸菌飲料	全国郷土料理の日 「熊本県」
13	金	ドッグパン	牛乳	やきそば	★キャラクターポテト	★フルーツ和え		牛乳 ぶたにく ちくわ あおのり かつおぶし	キャベツ にんじん パイナップル もも レモン	ドッグパン やきそばめん あぶら じゃがいも あぶら いちごゼリー さとう	かぼちゃポーロ	豆乳プリン	
14	土	鮭おにぎり	幼) ツナマヨおにぎり	牛乳	ヨーグルト						たべっこBABY	クラッカー	
16	月	ごはん	牛乳	ぎょうざ	パンサンデー	八宝湯		牛乳 ぎょうざ(とりにく ぶたにく) ハム(ぶたにく) とりにく	ぎょうざ(キャベツ) きゅうり もやし チンゲンサイ たまねぎ にんじん ねぎ	ごはん はるさめ さとうぎょうざ(ごむぎ)	赤ちゃんせんべい	サッポロポテト	
17	火	ごはん	牛乳	豚肉のしょうが炒め	春キャベツの和え物	小松菜のみそ汁	幼) 清見オレンジ 未) -ロみかんゼリー	牛乳 ぶたにく とりにく とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ <b>なのはな</b> <b>こまつな</b> たまねぎ にんじん きよみオレンジ	ごはん あぶら さとう ドレッシング みかんゼリー	とうもろこしスナック	キャラメルコーン	食育の日 「ビタミン強化献立」
18	水	ごはん	牛乳	鶏肉のからあげ	白菜のおひたし	春のすまし汁		牛乳 とりにく かまぼこ わかめ	しょうが にんにく はくさい チンゲンサイ えのきたけ たまねぎ にんじん たけのこ	ごはん でんぶ こめこ あぶら さとう	しらすせんべい	お祝いクレープ	毎月19日は 食育の日
19	木	ソフト麺	牛乳	ミートソース	オムレツ	ツナと大根のサラダ		牛乳 ぶたにく オムレツ ツナ	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト だいこん とうもろこし	ソフトめん さとう でんぶ ドレッシング	むらさきせんべい	おこめりんぐ	
21	土	おかかおにぎり	幼) 鶏五目おにぎり	牛乳	ぶどうゼリー						ふんわりコーン	星たべよ	
23	月	ごはん	牛乳	えびフライ	ほうれん草のおひたし	沢煮椀		牛乳 えびフライ(えび) ぶたにく	ほうれんそう もやし だいこん にんじん たけのこ えのきたけ みずな	ごはん えびフライ(ごむぎ) あぶら さとう	赤ちゃんせんべい	ももタルト	
24	火	中華麺	牛乳	★塩ラーメン	しゅうまい	きゅうりの香り漬け		牛乳 ぶたにく なると しゅうまい(ぶたにく)	もやし キャベツ にんじん ねぎ しゅうまい(たまねぎ) きゅうり	ちゅうかめん しゅうまい(ごむぎ でんぶ)	とうもろこしスナック	こつぶポテコ	
25	水	ごはん	牛乳	たらの揚げ照り	三色和え	肉じゃが		牛乳 たら ぶたにく	はくさい <b>こまつな</b> にんじん にんじん たまねぎ こんにゃく グリンピース	ごはん でんぶ あぶら さとう じゃがいも さとう あぶら	しらすせんべい	コーンスナック(ソース)	
26	木	ごはん	牛乳	ミニウインナー	たくあん和え	けんちん汁	幼) 手巻きのり 未) -ロ洋梨ゼリー	牛乳 ウインナー(ぶたにく) あぶらあげ とうふ のり	キャベツ たくあん たまねぎ ごぼう にんじん	ごはん さといも ようなしゼリー	むらさきせんべい	幼) ふんわりケーキ 未) みかんゼリー	
27	金	鮭おにぎり	幼) 昆布おにぎり	牛乳	いちごヨーグルト						コーンバー	キャラメルコーン	
28	土	おかかおにぎり	幼) 梅おにぎり	牛乳	豆乳プリン						野菜せんべい	サッポロポテト	
30	月	鮭おにぎり	幼) ツナマヨおにぎり	牛乳	ももゼリー						ふんわりコーン	ココアフチクッキー	
31	火	おかかおにぎり	幼) 鶏五目おにぎり	牛乳	いちごゼリー						たべっこBABY	クラッカー	

★えんそくのおやつは「ポテコ(しおあじ)」です★

★3月の愛知の野菜は「小松菜・菜の花」です。(太字で表記しています。)

※献立について詳しくお知りになりたい方は、保育園までお問い合わせ下さい。  
※青果等、使用予定産地をあま市公式ウェブサイトに掲載していますのでご覧ください。  
※食材の調達都合等により、食材及び献立を変更することがあります。  
※おやつについては、終売等により変更することがあります。

★リクエスト給食…リクエスト給食とは、年長組に行ったアンケートで人気の高かった献立です。