



3月予定献立表

令和2年3月1日発行



あおい保育園

日	曜日	主食	昼食		果物	おやつ		
			主菜	副菜		(◇は、手作りのおやつです。) 1~2歳児のみです。		
2	月	ご飯	●ポークビーンズ ◆コールドロー ★コーンクリームスープ	豚肉・大豆・じゃが芋・玉葱・人参・ホールトマト・ケチャップ キャベツ・人参・水菜・酢・サラダ油 コーン・クリームコーン・玉葱・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ	りんご	◇ゆかりおにぎり 米・ゆかり お茶	牛乳	
3	火	ご飯	●ひなまつり寿司 ◆ひじき煮 ★潮汁	うずら卵・干し椎茸・人参・ごぼう・ブロッコリー・酢・砂糖 ひじき・さつま揚げ・人参・高野豆腐・しょう油・砂糖 はまぐり・みつば・しょう油	みかん	ひなあられ カルピス	牛乳	
4	水	麺	●わかめうどん ◆じゃが芋のチーズ焼き ★小松菜の磯和え	うどん・卵・鶏肉・玉葱・人参・干し椎茸・かまぼこ・わかめ・昆布・かつお節・しょう油 じゃが芋・玉葱・ブロッコリー・チーズ 小松菜・白菜・もやし・海苔・しょう油	バナナ	◇鶏ごぼうおにぎり 米・鶏ひき肉・ごぼう・人参 お茶 たいやき	牛乳	
5	木	お別れ遠足					牛乳	牛乳
6	金	ご飯	●豚肉の生姜煮 ◆春雨の酢もの ★豆腐とえのきのすまし汁	豚肉・玉葱・キャベツ・しょう油 春雨・ハム・小松菜・もやし・人参・酢・砂糖 豆腐・えのき茸・玉葱・わかめ・いりこ・しょう油	ほっさく	◇ココア蒸しパン ミックス粉・卵・牛乳・ココア 牛乳	牛乳	
7	土	ご飯	●はまっこピラフ ◆大根サラダ ★卵スープ	パトウ・ベーコン・玉葱・人参・コーン・バター・コンソメ・カレー粉 大根・キャベツ・人参・かつお節・酢・サラダ油 卵・玉葱・じゃが芋・葱・いりこ・しょう油	バナナ	せんべい 牛乳	牛乳	
9	月	ご飯	●豚肉じゃが ◆春キャベツのごまネーズ和え ★水菜の味噌汁	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・糸こんにゃく・しょう油・砂糖 キャベツ・人参・ひじき・ちくわ・ごま・マヨネーズ 水菜・玉葱・豆腐・いりこ・味噌	いよかん	◇若菜おにぎり 米・青菜 お茶	牛乳	
10	火	ご飯	●さわらの若草焼き ◆あすっこの白和え ★わかめのすまし汁	さわら・パセリ・マヨネーズ・キャベツ 豆腐・あすっこ・糸こんにゃく・コーン・ごま・味噌・砂糖 わかめ・玉葱・えのき茸・麩・いりこ・しょう油	りんご	◇ピザ ピザ生地・ベーコン・玉葱・ピーマン・チーズ 牛乳	牛乳	
11	水	麺	●焼きそば ◆切干大根の酢もの ★卵としめじのすまし汁	中華麺・豚肉・キャベツ・もやし・人参・玉葱・青のり・かつお節・ソース 切干大根・人参・小松菜・ちくわ・ごま・酢・砂糖 卵・玉葱・じゃが芋・しめじ・葱・いりこ・しょう油	みかん	◇鮭おにぎり 米・鮭 お茶	牛乳	
12	木	赤飯	●豆腐の落とし揚げ ◆ほうれん草のおかか和え ★じゃが芋のすまし汁	豆腐・豚ひき肉・ひじき・玉葱・人参・葱・卵・片栗粉・キャベツ ほうれん草・もやし・人参・かつお節・しょう油 じゃが芋・玉葱・わかめ・いりこ・しょう油	バナナ	誕生ケーキ カステラ・いちご 牛乳	牛乳	
13	金	ご飯豆	●鶏の塩焼き ◆かぶとわかめの酢もの ★麩のすまし汁	鶏肉・ブロッコリー かぶ・わかめ・人参・小松菜・酢・砂糖 麩・玉葱・じゃが芋・葱・いりこ・しょう油	りんご	◇よもぎ団子 白玉粉・よもぎ・きな粉 牛乳	牛乳	
14	土	ご飯	●三色丼 ◆厚揚げの田舎煮 ★白菜のすまし汁	鶏ひき肉・卵・ほうれん草・しょう油・砂糖 厚揚げ・大根・人参・こんにゃく・干し椎茸・しょう油・砂糖 白菜・玉葱・えのき茸・葱・いりこ・しょう油	オレンジ	ビスケット 牛乳	牛乳	
16	月	ご飯	●ハヤシライス ◆ピクルス ★豆腐スープ	牛肉・玉葱・じゃが芋・人参・しめじ・ハヤシルウ 大根・人参・ブロッコリー・酢・砂糖 豆腐・卵・玉葱・ほうれん草・いりこ・しょう油	りんご	◇梅しらすおにぎり 米・しらす干し・梅干し・海苔 お茶	牛乳	
17	火	ご飯	●花しゅうまい ◆切干大根の含め煮 ★じゃが芋のすまし汁	豚ひき肉・玉葱・椎茸・コーン・しゅうまいの皮・しょう油・キャベツ 切干大根・人参・干し椎茸・高野豆腐・しょう油・砂糖 じゃが芋・玉葱・水菜・いりこ・しょう油	オレンジ	◇豆腐ドーナツ ミックス粉・豆腐・卵 牛乳	牛乳	
18	水	パン	●エビクラタン ◆春キャベツのサラダ ★白菜スープ	エビ・マカロニ・玉葱・ほうれん草・チーズ・小麦粉・バター・牛乳・コンソメ キャベツ・人参・ブロッコリー・酢・サラダ油 白菜・玉葱・えのき茸・人参・パセリ・コンソメ	いよかん	◇ほたもち もち米・米・粒あん・きな粉 お茶	牛乳	
19	木	ご飯	●コロケ ◆納豆和え ★麩のすまし汁	合いびき肉・じゃが芋・玉葱・小麦粉・卵・パン粉・キャベツ 納豆・ほうれん草・人参・もやし・かつお節・しょう油 麩・玉葱・しめじ・わかめ・いりこ・しょう油	バナナ	◇ホットケーキ ミックス粉・卵・牛乳・生クリーム 牛乳	牛乳	
21	土	ご飯	●炊き込みご飯 ◆キャベツの甘酢和え ★豚汁	鶏肉・ごぼう・人参・干し椎茸・油揚げ・しょう油 キャベツ・人参・わかめ・ごま・酢・砂糖 豚肉・豆腐・さつま芋・大根・人参・葱・いりこ・味噌	りんご	◇せんべい 牛乳	牛乳	
23	月	ご飯	●五目煮 ◆小松菜のごま酢和え ★かぼちゃの味噌汁	鶏肉・里芋・人参・ごぼう・干し椎茸・こんにゃく・しょう油・砂糖 小松菜・キャベツ・人参・かまぼこ・ごま・酢・砂糖 かぼちゃ・玉葱・油あげ・葱・いりこ・味噌	ほっさく	◇ピラフおにぎり 米・ベーコン・玉葱・人参・コーン・コンソメ・バター お茶	牛乳	
24	火	お楽しみ給食					ヨーグルト	牛乳
25	水	麺	●ちゃんぽん ◆じゃが芋のどぼろ煮 ★大根とツナのサラダ	中華麺・豚肉・エビ・いか・あさり・キャベツ・もやし・人参・葱・鶏ガラ 鶏ひき肉・じゃが芋・人参・しょう油・砂糖 マグロの水煮・大根・人参・ブロッコリー・酢・サラダ油	オレンジ	◇いなりずし 米・油揚げ・ごま お茶	牛乳	
26	木	ご飯	●豆腐の肉みそかけ ◆菜の花和え ★のっぺい汁	合いびき肉・豆腐・玉葱・味噌・砂糖・キャベツ 菜の花・ほうれん草・卵・しょう油 里芋・大根・人参・ごぼう・さつま揚げ・葱・片栗粉・いりこ・しょう油	りんご	◇クッキー 小麦粉・バター・卵・砂糖 牛乳	牛乳	
27	金	ご飯	●カレーライス ◆グリーンサラダ ★卵とわかめのスープ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・カレールウ ブロッコリー・キャベツ・水菜・酢・サラダ油 卵・わかめ・玉葱・えのき茸・いりこ・しょう油	バナナ	ビスコ 牛乳	牛乳	
28	土	卒園式						牛乳
30	月	ご飯	●チキンチャップ ◆ほうれん草のごま和え ★けんちん汁	鶏肉・玉葱・ホールトマト・ケチャップ・キャベツ ほうれん草・人参・もやし・ごま・しょう油 豆腐・大根・人参・里芋・ごぼう・葱・いりこ・しょう油	オレンジ	◇おかかおにぎり 米・かつおぶし お茶	牛乳	
31	火	ご飯	●ツナとほろ丼 ◆わかめの酢の物 ★豆腐の味噌汁	マグロの水煮・卵・ほうれん草・しょう油・砂糖 わかめ・キャベツ・人参・かまぼこ・酢・砂糖 豆腐・玉葱・じゃが芋・水菜・いりこ・味噌	バナナ	せんべい 牛乳	牛乳	

※行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。
 ※今月の弁当日は、5日です。
 ※16~19日は、ばら組リクエストメニューです。

今月の旬

春キャベツ・菜の花・ほうれん草・わかめ・いちご

