

2022年度

3月献立表

待鳳保育園

日	月 13・27	火 14・28	水 1	木 2	金 3	土 4・18
献立	とりすき風煮 切り干し大根のサラダ	ちゃんぽんそば モヤシと鶏肉の中華あえ	鶏肉のトマトクリームシチュー サッパリサラダ	白身魚のフライ おからサラダ みそ汁	ひなちらし つけあわせ かす汁	にらたまうどん ほうれん草のあえもの
主食	ごはん	中華めん	ごはん	ごはん	ひなちらし	うどん
材料	鶏肉・玉ねぎ・人参・ねぎ こんにやく(5・4・3・2歳児) 焼き豆腐 麩・しょうゆ・砂糖 切り干し大根・玉ねぎ ベーコン・万能ねぎ マヨネーズ・しょうゆ	豚肉・玉子・玉ねぎ キャベツ・人参・ねぎ・かまぼこ ガラスープ・サラダ油 えび・にんにく 鶏肉・モヤシ きゅうり・チンゲン菜 赤パプリカ・ゴマ しょうゆ・砂糖・酢・ゴマ油	鶏肉・玉ねぎ・人参 エリンギ・しめじ・ブロッコリー トマトピューレ・コンソメ コーンスターチ・ケチャップ トマト缶・にんにく・牛乳 キャベツ・ほうれん草・ハム 人参・酢・サラダ油・砂糖・塩 粉チーズ	白身魚・サラダ油 玉子・小麦粉・パン粉 おから・きゅうり・玉ねぎ ハム・マヨネーズ・塩・酢 白菜・ごぼう・油揚げ・ねぎ みそ	米・えび・鮭・菜の花・玉子 桜でんぶ・ちりめんじゃこ・ごま 酢・砂糖・塩・きゅうり キャベツ・きゅうり・油揚げ ゴマ・しょうゆ・砂糖 豚肉・大根・人参・ねぎ ちくわ・こんにやく(5・4・3・2歳児) 酒かす・みそ	豚肉・ニラ・しめじ・人参 玉子・片栗粉 しょうゆ・みりん ほうれんそう・人参・ツナ缶 ゴマ・しょうゆ・みりん
おやつ	じゃこマヨトースト・牛乳 パン・ちりめんじゃこ あおさのり・マヨネーズ	ポップコーン・牛乳 とうもろこし・塩 サラダ油	おにぎり・にぼし あおさのり・ツナ缶・ゴマ めんつゆ・海苔	あずきもちもち 白玉粉・豆乳・砂糖 サラダ油・あずき缶	三色ゼリー 牛乳・抹茶・イチゴジャム ゼラチン・砂糖	サーターアンダーギー・牛乳 ミックス粉・玉子 サラダ油
日	月 6・20	火 7	水 8・22	木 9・23	金 10・24	土 11
献立	コーンチャウダー ダイコンサラダ	焼魚 五目煮豆 みそ汁	とんかつ はくさいツナサラダ かきたま汁	おでん ひじきの酢のもの	カレーライス コールスローサラダ	ミックスサンド シチュー
主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	サンドイッチ
材料	鶏肉・ブロッコリー・じゃがいも 玉ねぎ・人参・牛乳・コンソメ コーン缶・スキムミルク コーンスターチ 大根・コーン・ワカメ・ごま ちりめんじゃこ・しょうゆ 酢・サラダ油・砂糖・塩	魚・塩 大豆・昆布・人参・ちくわ こんにやく(5・4・3・2歳児) ゴボウ・しょうゆ・砂糖 じゃがいも・玉ねぎ・ねぎ みそ	豚ヒレ肉 小麦粉・玉子・パン粉 サラダ油・ケチャップ 白菜・きゅうり・ツナ缶・人参 青じそドレッシング・ごま 豆腐・えのき茸 ワカメ・ねぎ 玉子・しょうゆ・みりん	鶏肉・大根・じゃがいも 焼き豆腐・平てん ちくわ・昆布 しょうゆ・砂糖 こんにやく(5・4・3・2歳児) ひじき・玉子・人参・ゴマ 玉ねぎ・きゅうり・油あげ しょうゆ・砂糖・みりん・酢	牛肉・じゃがいも・人参 玉ねぎ・コンソメ カレールウ・砂糖 キャベツ・きゅうり・人参 コーン・マヨネーズ カニかまぼこ	パン 玉子・きゅうり・チーズ マーガリン・マヨネーズ ジャム 鶏肉・玉ねぎ・人参 白菜・しめじ 牛乳・スキムミルク シチューミックス コンソメ
おやつ	りんご せんべい	大学イモ風揚げだんご・牛乳 さつまいも・砂糖・豆乳・片栗粉 サラダ油・しょうゆ・砂糖・黒ごま	フレンチトースト・牛乳 パン・玉子・牛乳 砂糖・粉砂糖	ぼたもち もち米・うるち米・塩 きな粉・砂糖	ホットケーキ・牛乳 ホットケーキミックス 牛乳・玉子 メイプルシロップ	

※15(水)はおたんじょうび会です

●からあげ

鶏肉・しょうゆ・みりん
にんにく・片栗粉
サラダ油・塩
玉子・玉ねぎ・マヨネーズ・パセリ

●セサミサラダ

キャベツ・ブロッコリー・ハム・人参
ごま・サラダ油・酢・砂糖・塩

●すまし汁

ふ・ワカメ・ねぎ・しょうゆ・みりん

●たきこみごはん

米・人参・ゴボウ・油あげ
しめじ・しょうゆ・みりん

●プリン・ア・ラモード

※17(木)はお弁当の日です
おやつ スティックパン・牛乳

※18(金)・29(水)・30(木)の
献立表は後日、発行します。

※材料・調理等の都合により献立の一部が変更になる場合があります。ご了承ください。

