

2019 年度

3月の献立表



年間目標
食事のマナーを身につけて楽しく食事をしよう。

3月の目標
食事のマナーを再確認して楽しく食べる。



献立	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)
献立	豚肉のみそ炒め 即席漬け 中華スープ フルーツ	丹後ばら寿司・おかか和え 鶏のオレンジ焼き プロッコリー・ミニトマト すまし汁・フルーツ	干草焼き 金時煮豆 ごま酢和え みそ汁 フルーツ	魚のみそ煮 おひたし そうめん汁 フルーツ	豆腐だんごのあんかけ こふき芋 みそ汁 フルーツ
材料	豚肉、筍、干し椎茸 ピーマン、人参 キヤベツ、大根 塩こんぶ、わかめ、ねぎ えのき	鶏肉、サバ缶、人参、ねぎ 干し椎茸、かまぼこ、卵 三度豆、プロッコリー ミニトマト、キヤベツ 胡瓜、豆腐、麸 ちくわ	鶏ひき肉、キヤベツ 人参、干し椎茸、ねぎ 金時豆、キヤベツ、胡瓜 玉ねぎ、わかめ	魚の切り身、キヤベツ 人参、ちくわ、胡瓜 そうめん、玉ねぎ、ねぎ	豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ 人参、干し椎茸、大根、ねぎ じやが芋、大根、わかれ
おやつ	ミルク餅・牛乳	ひなあられ・枝豆・カルピス	うどんかりんとう・牛乳	マカロニのあべかわ・牛乳	塾のラスク・牛乳
献立	雑菜 胡瓜ステイック 鶏レバーの生姜煮 中華スープ フルーツ	栄養金平 おひたし かき玉汁 フルーツ	魚のカレームニエル 切り干し大根の和え物 みそ汁 フルーツ	魚のラビング おにぎり・鶏の唐揚げ フライドポテト プロッコリー・ミニトマト コンソメスープ・フルーツ	白玉せんざい・お茶 13(金)
材料	牛肉、春雨、人参 ピーマン、玉ねぎ まいたけ、筍、鶏レバー 胡瓜、わかめ、ねぎ	鶏肉、大豆、人参 ごぼう、じゃが芋 こんにゃく、三度豆 キヤベツ、青菜、もやし 卵、ねぎ	魚の切り身、人参、胡瓜 切り干し大根、キヤベツ ハム、じゃが芋、えのき ねぎ	鶏肉、じゃが芋 プロッコリー、人参 ミニトマト、パセリ キヤベツ、パセリ	12(木) 20(金)
おやつ	じゃこチーズトースト・牛乳	手作りのクリッキー・牛乳	揚げあがき・牛乳	フルーツパフェ・牛乳	白玉せんざい・お茶
献立	魚の塩焼き わかめ和え 枝豆 みそ汁 フルーツ	磯辺揚げ ツナごまキャベツ コンソメスープ フルーツ	ハンバーグ フライドポテト 中華風酢の物 みそ汁 フルーツ	サンドイッチ プロッコリー・チーズ 人参スティック コーンスープ フルーツ	19(木) 27(金)
材料	魚の切り身、干し椎茸 人参、玉ねぎ、豆腐、ねぎ えのき	黒らくわ、南瓜 キヤベツ、人参、ツナ缶 干し椎茸、玉ねぎ えのき、ごま	合いひき肉、玉ねぎ 人参、じゃが芋、春雨 胡瓜、キヤベツ、コーン 油揚げ、わかめ、ねぎ	卵、竹缶、胡瓜 じゃが芋、生クリム、毎日 みかん缶、パイン缶、人参 ブロッコリー、チーズ、玉ねぎ バニラ、ヨーグルト、パセリ ほた餅・お茶	18(水) 26(木)
おやつ	クラッカーサンド・牛乳	ヨーグルトパンケーキ・牛乳	ドーナツ・牛乳	ドーナツ・牛乳	27(金)
献立	ピーフンの炒め物 ゆかり和え 豆腐とニラのスープ フルーツ	五目煮豆 ささみヒキキャベツの和え物 みそ汁 フルーツ	ホワイトスパゲティ プロッコリー 野菜スープ フルーツ	カレーライス ミニトマト ポテトサラダ みそ汁 フルーツ	25(水) 26(木)
材料	豚肉、ビーフン、しめじ 筍、人参、玉ねぎ キヤベツ、豆腐、ねぎ 二郎	鶏肉、大豆、人参 こんにゃく、れんこん 昆布、ささみ、キヤベツ 大根、さつま芋、油揚げ ねぎ	スパゲティ、ベーコン 玉ねぎ、人参、しめじ ほうれん草、じゃが芋 プロッコリー、パセリ フルーツ	魚の切り身、ミニトマト じゃが芋、胡瓜 ハム、玉ねぎ、南瓜 ねぎ	24(火) 31(火)
おやつ	りんごのマフィン・牛乳	わかめご飯のおにぎり・お茶	田舎蒸しパン・牛乳	カーボーグト・りんごパン	大学芋・牛乳
献立	中華丼 みそ汁 フルーツ	肉じゃが 酢の物 すまし汁 フルーツ			
材料	豚肉、人参、キヤベツ 玉ねぎ、豆腐、ねぎ もやし	牛、玉ねぎ、人参 じゃが芋、糸こんにゃく キヤベツ、えのき、麸 ちりめんじゃこ、ねぎ			
おやつ	プチバナナトースト・牛乳	カスタードパン・牛乳			

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食など、子ども達一人一人の対応をしています。

3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。

10日(火)は、ケッキシング(手作りクリッキー)をします。らいおん・きりん・ばんだぐみさん(は、エプロン・三角巾の準備をよろしくお願ひします)。

みずほ保育園

みずほ保育園

みずほ保育園

