

♪れもんくみりくエストメニュー
1~21日までの献立におれもんさん
の大好きなメニューを取り入れてます。
♪マークで表示してあります。

3月献立表

各クラスリクエストメニュー
24~28日までの献立にさくらんぼ・いちご・りんご・あんず・ちれもんさんの
大好きなメニューを取り入れてます。
♪・🍓・🍓・🍓・🍓・🍓マークで表示して
あります。

★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	土	牛乳 ハッピー ターン	塩昆布ごはん 肉野菜炒め 長ねぎスープ オレンジ	米、塩昆布、ごま 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ、焼肉のたれ 長ねぎ、しめじ、豆苗、醤油、中華味、ごま油 オレンジ	お茶 ジャムサンド クラッカー	お茶 クラッカー、苺ジャム
2	日					
3	月	牛乳 薄焼き せんべい	三色ごはん ♪エビフライ あすっごサラダ 花麩のすまし汁 パイナップル	米、人参、さけフレーク、ふりかけわかめ、ごま、醤油、みりん エビフライ、マヨドレ、ケチャップ、油 あすっご、人参、きゅうり、パプリカ、かにかま、醤油、砂糖、酢 玉ねぎ、三つ葉、花麩、そうめん、醤油、塩、鰹節 パイナップル	お茶 牛乳 小麦粉、米粉、砂糖 さくら餅、あんこ、油、食紅 雑あられ	お茶 牛乳 ♪ジャム サンド 食パン、苺ジャム
4	火	牛乳 ビスコ	お誕生会	☆お楽しみメニュー	☆	
5	水	牛乳 ごま クッキー	牛丼 ★さつま芋とごぼう和え つるつるスープ バナナ	米、牛肉、玉ねぎ、人参、白菜、糸こんにゃく、醤油、砂糖、みりん、鰹節 さつま芋、ごぼう、人参、豆苗、ツナ、醤油、砂糖、マヨドレ 春雨、玉ねぎ、エリンギ、にら、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 ★マシュマロ おこし	お茶 牛乳 コーンフレーク、ココア マーガリン、マシュマロ
6	木	牛乳 どうぶつ ビスケット	お弁当の日		お茶 牛乳 アップルパイ	お茶 牛乳 パイ生地、りんご 砂糖
7	金	牛乳	ごはん さけの塩焼き ♪納豆和え なめこ汁 キウイフルーツ	米 さけ、塩 納豆、きゅうり、人参、もやし、ささみ、もみのり、醤油 なめこ、玉ねぎ、大根、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 オレンジ トースト	お茶 牛乳 食パン、チーズ マーマレードジャム マーガリン
8	土	牛乳 せんべい	そぼろ丼 厚揚げの味噌汁 バナナ	米、鶏ミンチ、小松菜、もみのり、片栗粉、醤油、砂糖、ごま油 玉ねぎ、厚揚げ、もやし、細ねぎ、味噌、鰹節 バナナ	お茶 ラスク	お茶 牛乳 おにぎり
9	日					
10	月	牛乳	ごはん バトウのねぎ味噌焼き ★五目きんぴら 豆腐のすまし汁 オレンジ	米 バトウ、生姜、細ねぎ、味噌、みりん ごぼう、人参、ピーマン、ちくわ、ごま、醤油、砂糖、みりん、鰹節、ごま油 豆腐、玉ねぎ、えのき、水菜、醤油、塩、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳 ♪焼きそば	お茶 牛乳 中華麺、玉ねぎ、人参 にら、キャベツ、ツナ 中華味、ごま油、ソース
11	火	牛乳 チーズ	ごはん チキンカツ ♪キャベツのごま酢和え しじみ汁 キウイフルーツ	米 鶏肉、パン粉、小麦粉、塩、中濃ソース、油 キャベツ、人参、もやし、かにかま、酢、醤油、砂糖、ごま、ごま油 しじみ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 ぶどう 寒天	お茶 牛乳 食パン、玉ねぎ、コーン チーズ、パセリ マヨドレ、ケチャップ グレープジュース
12	水	牛乳 人参 チップス	ロールパン ♪オムレツ 元気サラダ クリームシチュー サンフルーツ	ロールパン 卵、玉ねぎ、ピーマン、ツナ、チーズ、牛乳、ケチャップ、中華味、油 キャベツ、カリフラワー、人参、コーン、トマト、青じそドレッシング、鰹節 鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、パセリ、豆乳、シチュールウ サンフルーツ	お茶 牛乳 天かす おにぎり	お茶 牛乳 米、天かす、ごま 青のり、醤油、みりん
13	木	牛乳 ミレー ビスケット	ビビンバ丼 ひじきサラダ わかめスープ りんご	米、豚肉、人参、ほうれん草、もやし、にんにく、味噌、みりん、ごま、ごま油 ひじき、きゅうり、人参、大根、豆苗、ささみ、醤油、砂糖、マヨドレ 長ねぎ、わかめ、エリンギ、にら、醤油、中華味、鶏ガラ りんご	お茶 牛乳 ★大学芋	お茶 牛乳 ごま、油
14	金	牛乳	中華風おこわ ♪ししゃもの磯辺揚げ チンゲン菜の炒め煮 里芋の味噌汁 清見オレンジ	米、餅米、鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、蓮根、干椎茸、醤油、みりん、中華味、ごま油 ししゃも、青のり、天ぷら粉、油 チンゲン菜、もやし、人参、オイスターソース、ごま油 里芋、玉ねぎ、大根、細ねぎ、味噌、煮干し 清見オレンジ	お茶 牛乳 キャロット 蒸しパン	お茶 牛乳 ホットケーキミックス 人参、牛乳、砂糖 レーズン、油

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
15	土	牛乳 ハッピー ターン	豚ごぼうおにぎり さつま芋の味噌汁 バナナ	米、豚ミンチ、ごぼう、人参、醤油、砂糖、みりん、鰹節 さつま芋、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、鰹節 バナナ	お茶 せんべい	お茶 せんべい
16	日					
17	月	牛乳 きな粉 ウエハース	ロールパン ♪ハンバーグ 花野菜のクリームチーズ和え かき玉トマトスープ パイナップル	ロールパン 豚ミンチ、玉ねぎ、豆腐、パン粉、塩、ケチャップ、中濃ソース ブロッコリー、カリフラワー、人参、クリームチーズ、醤油、鰹節 卵、トマト、玉ねぎ、じゃが芋、人参、パセリ、醤油、中華味、鶏ガラ パイナップル	お茶 牛乳 小麦粉、マーガリン スノーボール クッキー	お茶 牛乳 砂糖、コーンスターチ 粉糖、牛乳
18	火	牛乳 バナナ	麦ごはん さばの梅味噌煮 バンバンジーサラダ 麩のすまし汁 はっさく	米、押し麦 さば、梅干し、生姜、味噌、砂糖、みりん きゅうり、人参、パプリカ、ささみ、醤油、練りごま、マヨドレ 麩、玉ねぎ、えのき、細ねぎ、醤油、塩、鰹節 はっさく	お茶 牛乳 ♪ジャム サンド 食パン、苺ジャム	お茶 牛乳 おはぎ
19	水	牛乳 かぼちゃ ポーロ	♪ジャージャー麺 揚げ餃子 ★切干大根の甘酢和え りんご	中華麺、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、細ねぎ、味噌、中華味、ごま油、片栗粉 餃子、油 切干大根、人参、キャベツ、きゅうり、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま油、ごま りんご	お茶 牛乳 ★きな粉 おはぎ	お茶 牛乳 餅米、米、きな粉 塩、砂糖
20	木		春分の日			
21	金	牛乳	ゆかりごはん ♪鶏のから揚げ ポテトサラダ 厚揚げの味噌汁 キウイフルーツ	米、ゆかり、ごま 鶏肉、生姜、醤油、みりん、片栗粉、油 じゃが芋、人参、レタス、コーン、かにかま、塩、マヨドレ 玉ねぎ、厚揚げ、小松菜、味噌、煮干し キウイフルーツ	お茶 牛乳 おこし	お茶 牛乳 ヨーグルト、バナナ ヨーグルト、みかん缶、桃缶
22	土	牛乳 ハッピー ターン	ハヤシライス 野菜スティック オレンジ	米、牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ハヤシルウ きゅうり、人参、大根、マヨドレ、ケチャップ オレンジ	お茶 せんべい	お茶 せんべい
23	日					
24	月	牛乳 ねじり揚げ	🍷つけ麺 かぼちゃのそぼろ煮 白菜の磯じゃこ和え りんご	中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、細ねぎ、赤味噌、中華味、ごま油、鶏ガラ かぼちゃ、鶏ミンチ、醤油、砂糖、鰹節、片栗粉 白菜、人参、もやし、ちりめんじゃこ、もみのり、醤油、ごま りんご	お茶 牛乳 ★小松菜の おにぎり	お茶 牛乳 米、小松菜、人参 薄揚げ、鰹節、醤油 砂糖、ごま油
25	火	牛乳 ごま スティック	バターロールパン 🍷マカロニグラタン ★蓮根サラダ コンソメスープ オレンジ	バターロールパン 鶏肉、マカロニ、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、牛乳、シチュールウ 蓮根、人参、きゅうり、ツナ、醤油、砂糖、酢、ごま 玉ねぎ、コーン、じゃが芋、キャベツ、醤油、コンソメ オレンジ	お茶 牛乳 サクサク スイーツ 春巻き	お茶 牛乳 春巻きの皮、牛乳 さつま芋、砂糖 マーガリン、油
26	水	牛乳 薄焼き せんべい	🍷親子丼 春雨サラダ 味噌スープ キウイフルーツ	米、卵、鶏肉、玉ねぎ、人参、三つ葉、醤油、砂糖、みりん、片栗粉、鰹節 春雨、きゅうり、レタス、人参、パプリカ、トマト、かにかま、塩、マヨドレ 長ねぎ、しめじ、チンゲン菜、味噌、中華味、鶏ガラ キウイフルーツ	お茶 牛乳 コーン トースト	お茶 牛乳 食パン、玉ねぎ、コーン チーズ、パセリ マヨドレ、ケチャップ
27	木	牛乳 バナナ	🍷ミートスパゲティ パリパリサラダ ごまじゃが煮 サンフルーツ	スパゲティ、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ケチャップ、砂糖、パセリ、コンソメ、塩、油 しゅうまいの皮、きゅうり、人参、ブロッコリー、チーズ、酢、醤油、砂糖、油 じゃが芋、ごま、醤油、砂糖、鰹節 サンフルーツ	お茶 牛乳 フルーツ スコーン	お茶 牛乳 ホットケーキミックス りんご、パイナップル、砂糖 マーガリン、牛乳
28	金	牛乳 クラッカー	ごはん 🍷はんぺんのチーズサンド 刻み昆布煮 豆乳味噌汁 パイナップル	米 はんぺん、チーズ、小麦粉、パン粉、ソース、油 刻み昆布、小松菜、人参、さつま揚げ、醤油、砂糖、みりん、鰹節 大根、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、豆乳、味噌、煮干し パイナップル	お茶 牛乳 クッキー	お茶 牛乳 お好み焼き粉、人参 キャベツ、天かす 青のり、ソース
29	土	牛乳 ビスコ	お弁当の日			お茶 ラスク
30	日					
31	月	牛乳 ハッピー ターン	わかめうどん さわらの天ぷら 野菜の昆布和え バナナ	うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、わかめ、細ねぎ、醤油、塩、みりん、鰹節 さわら、天ぷら粉、塩、ポン酢、油 大根、きゅうり、キャベツ、塩昆布、ごま油 バナナ	お茶 牛乳 さけ おにぎり	お茶 牛乳 さけ おにぎり

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。

※牛乳 3歳未満児/午前・午後 3歳以上児/午前のみ

