令和5年度 3月 こんだてひょう

年間目標：食事の正しいマナーを身につけて、楽しく食べよう

月間目標：友達とたのしく食事をする

寒さ和らぐ中で、進級、卒園までもう少し。
食を通して、子ども達の成長を保護者の方とともに
見守ることができたことを心より感謝申し上げます。
今年度も残りわずかとなりますが、どうぞよろしくお願いいたします。

	1（金）	4（月）	5（火）	6（水）	7（木）	8（金）
献立	〈ひなまつり〉 丹後のばら寿司 鶏の照り焼き・ミニトマト ブロッコリーのごま和え すまし汁・フルーツ	鶏の唐揚げ 中華和え さつま芋のみそ汁 フルーツ	白身魚のクリームソース 大根煮 キャベツと大豆のスープ フルーツ	魚の塩焼き 栄養金平 かき玉汁 フルーツ	〈お別れお楽しみ会〉 ケチャップライス ミニハンバーグ・ポークビッツ ポテトフライ・ブロッコリー コンソメスープ・フルーツ	お好み焼き風オムレツ ほうれん草のしらす和え じゃが芋のスープ フルーツ
材料	鶏肉、干し椎茸、人参 ちくわ、さば缶、豆腐 グリンピース、玉ねぎ ブロッコリー、麸、卵	鶏肉、キャベツ、人参 緑豆春雨、ロースハム 胡瓜、わかめ、玉ねぎ	魚の切り身、大根 ちくわ、キャベツ、人参 玉ねぎ、水煮大豆	魚の切り身、大豆、鶏肉 人参、ごぼう、じゃが芋 こんにゃく、三度豆 卵、玉ねぎ、えのき ねぎ	ベーコン、合挽き肉 玉ねぎ、人参 グリンピース、じゃが芋 ポークビッツ ブロッコリー、パセリ	豚ミンチ、卵、キャベツ 長芋、ねぎ、ほうれん草 ちりめんじゃこ、人参 じゃが芋、玉ねぎ
おやつ	ひなあられ・カルピス	クラッカーサンド・牛乳	ヒラヤヨーグルト・枝豆 お茶	クッキー・牛乳	マドレーヌ・ジョア	キャラメルポップコーン 牛乳

	11（月）	12（火）	13（水）	14（木）	15（金）
献立	焼魚 高野豆腐のうすくず煮 豚汁 フルーツ	大豆入りスパゲティ ミートソース キャベツの甘酢和え にら玉スープ フルーツ	魚のマヨネーズ焼き 切干大根の和え物 もやしのみそ汁 フルーツ	中華丼 じゃが芋のごま煮 切干大根のみそ汁 フルーツ	魚のフライ ほうれん草と 切干大根のごま和え さつま芋のポタージュ フルーツ
材料	魚の切り身、高野豆腐 油揚げ、人参、大根 グリンピース、白菜 さつま芋、こんにゃく 玉ねぎ、ねぎ	豚ひき肉、スパゲティ 水煮大豆、人参、玉ねぎ ピーマン、キャベツ 胡瓜、ニラ、卵	魚の切り身、切干大根 人参、キャベツ、胡瓜 ロースハム、もやし じゃが芋、玉ねぎ ねぎ	豚肉、むきエビ、人参 白菜、玉ねぎ、ピーマン 干し椎茸、じゃが芋 切干大根、青菜	魚の切り身、切干大根 ほうれん草、さつま芋 玉ねぎ、人参
おやつ	パンケーキ・牛乳	うどんかりんとう・牛乳	お粥・お茶	シュガーラスク・牛乳	オレンジゼリー・牛乳

	18（月）	19（火）	20（水）	21（木）	22（金）
献立	けんちん煮 菜種和え すまし汁 フルーツ	春巻き ワカメのサラダ 豆腐のみそ汁 フルーツ	春分の日	きつねうどん 根菜の炒め煮 フルーツ	ホットドック ミニトマト ブロッコリー コンソメスープ フルーツ
材料	鶏肉、豆腐、人参、ツナ 大根、ごぼう、コーン じゃが芋、こんにゃく ねぎ、青菜、キャベツ えのき、わかめ、玉ねぎ	豚ひき肉、緑豆春雨 もやし、人参、わかめ 胡瓜、ツナ、豆腐 青菜、しめじ、玉ねぎ		うどん、かまぼこ 油揚げ、ねぎ、鶏肉 大根、こんにゃく 人参、干し椎茸	バターロール、チーズ ウインナー、胡瓜 ミニトマト、玉ねぎ ブロッコリー、人参 パセリ、大根
おやつ	豆腐ドーナツ・牛乳	黒糖蒸しパン・牛乳		お好み焼き・牛乳	ぼた餅・お茶

	25（月）	26（火）	27（水）	28（木）	29（金）
献立	魚のみそ煮 マカロニサラダ すまし汁 フルーツ	かぼちゃの天ぷら 豆腐といんげんのごま和え 麸のみそ汁 フルーツ	雑菜 いとこ煮 中華スープ フルーツ	カレーライス ささみのごまみそ和え フルーツ	千草焼き 金時煮豆 ポテトサラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ
材料	魚の切り身、マカロニ キャベツ、人参、胡瓜 ロースハム、かまぼこ 玉ねぎ、豆腐、しめじ	南瓜、豆腐、いんげん 大根、わかめ、玉ねぎ 人参、麸	牛肉、緑豆春雨、人参 ピーマン、玉ねぎ しめじ、ねぎ、南瓜 小豆	牛肉、じゃが芋 玉ねぎ、人参、鶏ささみ キャベツ	鶏ひき肉、玉ねぎ、卵 人参、干し椎茸、ねぎ じゃが芋、コーン ロースハム、ブロッコリー 金時豆、豆腐、わかめ
おやつ	ミルク餅・牛乳	麸のラスク・牛乳	ぜんざい・お茶	フルーツヨーグルト・りんごジュース	バナナトースト・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。
6日（水）は、クッキング（クッキー）をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をお願いします。

都合により献立を変更する場合がありますがご了承下さい。

みずほ保育園