

# 2020年 3月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土	
2	3	4	5	6	7	
<b>ごはん</b> 精白米 <b>肉じゃが</b> 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく <b>キャベツのじゃこ炒め</b> キャベツ ちりめん <b>白菜のみそ汁</b> 白菜 京揚げ わかめ	<b>ごはん</b> 精白米 <b>さわらの塩焼き</b> さわら <b>きんぴらごぼう</b> ごぼう 人参 糸こんにゃく 舞茸 <b>わけぎのみそ汁</b> わけぎ 豆腐 京揚げ	<b>ひなまつりちらし寿司</b> 精白米 錦糸卵 しらす みつば エビ 干し椎茸 高野豆腐 人参 きざみのり <b>にゅうめん</b> そうめん ほうれん草 京揚げ えのき <b>ネーブルオレンジ</b> ネーブルオレンジ	<b>ごはん 味付けのり</b> 精白米 味付けのり <b>みそカツ</b> 鶏ササミ 八丁みそ <b>ポテトサラダ</b> じゃがいも きゅうり 人参 ハム <b>あおさのすまし汁</b> あおさ 白菜 カニカマ えのき	<b>ハヤシライス</b> 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 トマト エリンギ <b>りんごの春サラダ</b> りんご キャベツ コーン マヨドレ <b>フルーツポンチ</b> 黄桃缶 パナナ 寒天 <b>おはぎ</b> もち米 精白米 こしあん きなこ	<b>親子丼</b> 精白米 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 えのき 青ねぎ <b>じゃがいものみそ汁</b> じゃがいも 玉ねぎ 京揚げ <b>ネーブルオレンジ</b> ネーブルオレンジ <b>きなこマカロニ</b> きなこ マカロニ	
<b>フレンチトースト</b> 食パン 牛乳 卵 砂糖 バター	<b>ツナサンド</b> 食パン ツナ 玉ねぎ マヨドレ	<b>ひなあられ 三色ゼリー</b> ひなあられ 抹茶 イチゴジャム 牛乳	<b>黒糖蒸しパン</b> 小麦粉 卵 黒糖 豆乳 サラダ油	<b>おはぎ</b> もち米 精白米 こしあん きなこ	<b>きなこマカロニ</b> きなこ マカロニ	
9	10	11	12	13	14	
<b>牛丼</b> 精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 えのき 糸こんにゃく 青ねぎ <b>漬物</b> 白菜漬 <b>汁麩のみそ汁</b> 麩 京揚げ ほうれん草 <b>きなこあげパン</b> ロールパン きなこ	<b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>豚豚</b> 豚ハレ肉 玉ねぎ パブリカ 生姜 ピーマン 椎茸 <b>切干大根煮</b> 切干大根 京揚げ 人参 <b>けんちん汁</b> 南瓜 ごぼう 鶏ミンチ 豚ミンチ 白ねぎ 生姜 <b>じゃが芋お焼き</b> じゃが芋 片栗粉 しょうゆ 砂糖	<b>ごはん</b> 精白米 <b>鶏のから揚げ</b> 鶏肉 <b>春雨のごま和え</b> 春雨 人参 きゅうり ハム すりごま <b>ほうれん草のみそ汁</b> ほうれん草 豆腐 京揚げ <b>草だんご</b> 上新粉 白玉粉 きな粉 よもぎ	<b>ロールパンサンド</b> ロールパン 卵 キャベツ マヨドレ <b>ポトフ</b> じゃがいも ウインナー キャベツ ブロッコリー 玉ねぎ 人参 生姜 <b>フルーツヨーグルト</b> パナナ 黄桃缶 いちご ヨーグルト スキムミルク <b>三色おにぎり</b> 精白米 ふりかけ 味付けのり 花かつお	<b>ポパイカレー</b> 精白米 牛肉 ほうれん草 じゃがいも 玉ねぎ 人参 <b>大根の一夜漬</b> 大根 <b>チョコバナナ</b> パナナ チョコレート <b>ごまクッキー</b> ゴマ ホットケーキミックス バター	<b>卒園式</b> <b>かやくうどん</b> うどん 鶏肉 白菜 玉ねぎ 人参 えのき 青ねぎ かまぼこ <b>バナナ</b> バナナ <b>チーズとクラッカー</b> チーズ クラッカー	
<b>麦ごはん 昆布佃煮</b> 精白米 押し麦 昆布 かつお節 <b>豚肉の生姜焼き</b> 豚肉 玉ねぎ 生姜 パブリカ キャベツ <b>小松菜の卵とじ</b> 小松菜 卵 人参 <b>みぞれ汁</b> 大根 豆腐 カニカマ 青ねぎ 生わかめ <b>マシュマロサンド</b> マシュマロ クラッカー	<b>炊きこみごはん</b> 精白米 鶏肉 人参 こんにゃく しめじ ごぼう <b>ししゃもの南蛮漬</b> ししゃも 玉ねぎ パブリカ <b>漬物</b> たくあん <b>豚汁</b> 豚肉 大根 豆腐 青ねぎ えのき <b>ホットケーキ</b> ホットケーキミックス 卵 牛乳 ジャム	<b>みそラーメン</b> 中華めん 豚肉 キャベツ わかめ もやし コーン 青ねぎ 人参 生姜 <b>しゅうまい</b> しゅうまい <b>杏仁豆腐</b> 牛乳 寒天 黄桃缶 いちご <b>じゃこトースト</b> 食パン ちりめん ごま 青のり マヨドレ	<b>ごはん</b> 精白米 <b>おでん</b> 大根 じゃがいも 平天 絹揚げ ウインナー 生姜 <b>ほうれん草のごま和え</b> ほうれん草 人参 もやし ごま <b>キャベツのみそ汁</b> キャベツ えのき 京あげ <b>若草蒸しパン</b> 小松菜 小麦粉 サラダ油 卵 豆乳	<b>春分の日</b>	<b>肉うどん</b> うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 えのき 青ねぎ <b>バナナ</b> バナナ <b>ライフビスケット</b> ライフビスケット	
16	17	18	19	20	21	
<b>焼きそば</b> 中華めん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 青のり <b>塩麩スープ</b> ベーコン 白菜 えのき わかめ 塩麩 <b>キウイ</b> キウイ <b>チーズサブレ</b> 粉チーズ 小麦粉 コーンスターチ バター	<b>いなり寿司</b> 精白米 すし揚げ 人参 ひじき 白ごま <b>えびだんご汁</b> えび 白身すり身 生わかめ えのき みつば 豆腐 <b>いちごヨーグルト</b> いちご 砂糖 ヨーグルト スキムミルク <b>ウインナードッグ</b> ロールパン ウインナー キャベツ ケチャップ	<b>ごはん</b> 精白米 <b>天ぷら</b> えび ちくわ れんこん かぼちゃ 卵 青のり <b>ふきと高野豆腐の煮物</b> ふき 高野豆腐 玉ねぎ <b>カニカマのすまし汁</b> カニカマ 生わかめ 三つ葉 <b>カステラ</b> ホットケーキミックス 卵 砂糖 サラダ油	<b>じゃこ麦ごはん</b> 精白米 押し麦 ちりめんじゃこ ごま <b>ロールキャベツ</b> キャベツ 合ミンチ 玉ねぎ 人参 <b>コーンスープ</b> コーン コーンクリーム ベーコン 玉ねぎ 牛乳 生姜 <b>カルピスゼリー</b> カルピス いちご 寒天 <b>みたらしだんご</b> 白玉粉 上新粉 砂糖 しょうゆ 片栗粉	<b>春分の日</b>	<b>肉うどん</b> うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 えのき 青ねぎ <b>バナナ</b> バナナ <b>ライフビスケット</b> ライフビスケット	
23	24	25	26	27	28	
<b>焼きそば</b> 中華めん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 青のり <b>塩麩スープ</b> ベーコン 白菜 えのき わかめ 塩麩 <b>キウイ</b> キウイ <b>チーズサブレ</b> 粉チーズ 小麦粉 コーンスターチ バター	<b>いなり寿司</b> 精白米 すし揚げ 人参 ひじき 白ごま <b>えびだんご汁</b> えび 白身すり身 生わかめ えのき みつば 豆腐 <b>いちごヨーグルト</b> いちご 砂糖 ヨーグルト スキムミルク <b>ウインナードッグ</b> ロールパン ウインナー キャベツ ケチャップ	<b>ごはん</b> 精白米 <b>天ぷら</b> えび ちくわ れんこん かぼちゃ 卵 青のり <b>ふきと高野豆腐の煮物</b> ふき 高野豆腐 玉ねぎ <b>カニカマのすまし汁</b> カニカマ 生わかめ 三つ葉 <b>カステラ</b> ホットケーキミックス 卵 砂糖 サラダ油	<b>じゃこ麦ごはん</b> 精白米 押し麦 ちりめんじゃこ ごま <b>ロールキャベツ</b> キャベツ 合ミンチ 玉ねぎ 人参 <b>コーンスープ</b> コーン コーンクリーム ベーコン 玉ねぎ 牛乳 生姜 <b>カルピスゼリー</b> カルピス いちご 寒天 <b>みたらしだんご</b> 白玉粉 上新粉 砂糖 しょうゆ 片栗粉	<b>野沢菜ごはん</b> 精白米 かつお節 野沢菜 <b>肉コロッケ</b> じゃがいも 牛ミンチ 玉ねぎ <b>きゅうりとしらすの酢の物</b> きゅうり しらす すりごま 生わかめ <b>かき玉汁</b> 卵 えのき わけぎ 豆腐 <b>ピザトースト</b> 食パン 玉ねぎ ピーマン チーズ ベーコン ケチャップ	<b>お弁当日</b>	<b>ライフビスケット</b> ライフビスケット
30	31					
<b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>鮭のフライ～オーロラソース～</b> 鮭 マヨドレ ケチャップ <b>筑前煮</b> 鶏肉 じゃがいも ごぼう 人参 こんにゃく <b>かぼちゃのみそ汁</b> かぼちゃ 玉ねぎ 京揚げ <b>ハムマフィン</b> ハム 豆腐 ケチャップ 小麦粉 サラダ油	<b>ごはん</b> 精白米 <b>ハンバーグ エリンギのバター炒め</b> 合ミンチ 玉ねぎ 卵 エリンギ 牛乳 バター <b>ブロッコリーのごま和え</b> ブロッコリー すりごま <b>ゆばのすまし汁</b> ゆば 白菜 えのき 三つ葉 <b>ラスク</b> 食パン バター 砂糖					