

3月給食献立表(幼児食)

令和6年2月29日 めぐみ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
🍷ひなまつり給食🍷						
日付	🍷あかのおさら 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。根菜の煮物・あえもの・サラダなど		🍷あかのおさら 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理です。魚のムニエル・オムレツなど。		3月はめろん組さん全員にアンケートをとり、リクエスト給食にしました☆ 太字 のメニューがリクエストです。アンケートは事務室入口付近に掲示しているのでぜひご覧ください。	
昼食	🍷さいろのおさら ごはん・ゆめ類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。ごはん・パン・パスタなど。		🍷しろのおさら かつお節や昆布など、うま味成分のだしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。みそ汁・野菜スープなど。			
午後のおやつ						
食材						
				1日 ちらしおにぎり 春巻 即席漬け すまし汁 ひなまつりゼリー カップケーキ 牛乳	2日 ナポリタン 大根サラダ スープ フルーツ お菓子 牛乳	
				きゅうり・コーン・鮭・米・春巻(冷凍)・人参・キャベツ・かぶ・かぶ菜・麩・葱	ピーマン・玉葱・ベーコン・人参・パスタ・大根・きゅうり・鶏肉・コーン・わかめ	

日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	ごはん チーズつくね ゆかりあえ みそ汁 フルーツ	ごはん 筑前煮 <small>キャベツとひじきのマヨサラダ</small> みそ汁 フルーツ	なめこうどん たこ焼き風厚揚げ もやしナムル フルーツ	ごはん カレイの黄金焼き 変わりきんぴら みそ汁 ヨーグルト	ごはん 豚肉の梅みそ焼き たたききゅうり すまし汁 フルーツ	わかめラーメン ポテトサラダ フルーツ
午後のおやつ	メーフルクッキー 牛乳	レアチーズケーキ 麦茶	お菓子 麦茶	バターサブレ 牛乳	フルーチェ 麦茶	お菓子 牛乳
食材	米・チーズ・おから・玉葱・鶏レバー・鶏肉・人参・キャベツ・きゅうり・大根・わかめ・えのき	大根・人参・蓮根・鶏肉・絹さや・ごぼう・トマト・ハム・ひじき・キャベツ・もやし	人参・鶏肉・うどん・なめこ・小松菜・厚揚げ・もやし	米・カレイ・豚肉・切干大根・人参・絹さや・白滝・小葱・白菜	米・豚肉・きゅうり・パプリカ・椎茸・小松菜	わかめ・人参・玉葱・もやし・豚肉・中華麺・じゃが芋・きゅうり・ハム・コーン

日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き なめたけ和え みそ汁 フルーツ	ごはん 塩麹からあげ ごまあえ みそ汁 フルーツ	ジャムサンド ナゲット 南瓜サラダ ミネストローネ フルーツ	カレーうどん 肉団子のもち米蒸し コロコロサラダ ヨーグルト	納豆ごはん <small>ささみときゅうりのマヨポン和え</small> けんちん汁 フルーツ	卒園式
午後のおやつ	きなことあんこの蒸しパン 牛乳	ミルクポーキー 牛乳	みそたんぼ 麦茶	お菓子 牛乳	ココアフラマンジェ 麦茶	
食材	米・コーン・鮭・なめこ・ほうれん草・人参・白菜・葱・豆腐	米・鶏肉・絹さや・人参・白菜・しめじ・大根	食パン・ナゲット(冷凍)・レーズン・クリームチーズ・南瓜・なす・セロリ・玉葱・トマト缶	うどん・鶏肉・玉葱・人参・葱・肉団子(冷凍)・トマト・きゅうり・竹輪	納豆・米・チーズ・もやし・きゅうり・鶏肉・葱・白滝・人参・ごぼう・豚肉・里芋	

日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	ごはん 鯖の塩焼き すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	カレーライス コールスローサラダ スープ ゼリー	春分の日	ごはん 鶏肉の照りマヨ焼き 切干大根煮 みそ汁 ヨーグルト	ごはん 松風焼き ひじき煮 すまし汁 フルーツ	焼きそば チンゲン菜のコーン和え スープ フルーツ
午後のおやつ	焼きいも 牛乳	お菓子 牛乳		お菓子 牛乳	おやつバイキング 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・鯖・昆布・竹輪・人参・白滝・絹さや・えのき・油揚げ・豆腐	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・ハム・コーン・キャベツ・青梗菜		米・玉葱・鶏肉・白滝・人参・切干大根・竹輪・絹さや・もやし	米・鶏肉・玉葱・鶏レバー・油揚げ・白滝・人参・ひじき・大豆・絹さや・キャベツ	豚肉・玉葱・キャベツ・人参・もやし・中華麺・コーン・青梗菜・ハム・えのき

★お別れ会バイキング★

日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	みぞラーメンorタンメンからあげ <small>わかめとしらすのかりかりサラダ</small> ゼリーセレクト	ごはん エビマヨ 五色和え みそ汁 フルーツ	シュガーサンド クリームシチュー ミートボール ブロッコリー ゼリー	ごはん 小松菜チキンバーグ 白菜とコーンのごまサラダ みそ汁 フルーツ	ミートソーススパゲッティ ポパイサラダ スープ ヨーグルト	肉うどん <small>キャベツとしらすのおかか和え</small> フルーツ
午後のおやつ	チーズケーキ 牛乳	ドーナツ 牛乳	おおかチーズおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	シャカシャカポテト 麦茶	お菓子 牛乳
食材	コーン・もやし・玉葱・豚肉・中華麺・鶏肉・大豆・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ	米・エビ・大根・人参・ハム・コーン・ほうれん草・豆腐・わかめ	食パン・鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・グリーンピース・ミートボール(冷凍)・ブロッコリー	米・鶏肉・小松菜・白菜・人参・コーン・大根・葉大根	玉葱・人参・豚肉・パスタ・おから・ほうれん草・人参・コーン・ツナ・レタス・ハム・春雨	豚肉・玉葱・小松菜・人参・うどん・しらす・水菜・キャベツ

3月給食献立表(完了食)

令和6年2月29日 めぐみ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	<input checked="" type="checkbox"/> みどりの のおさら 野菜・果物・海藻・きのこ類を使った ビタミンを多く含む料理です。 根菜の煮物・あえもの・サラダなど		<input checked="" type="checkbox"/> あか のおさら 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉 となるたんぱく質を多く含む料理で す。魚のムニエル・オムレツなど。		1日	2日
昼食					ごはん 鮭煮 即席漬け すまし汁 ゼリー	ナポリタン 大根サラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	<input checked="" type="checkbox"/> きいろ のおさら ごはん・めん類・パン類・いも類など、 エネルギー源となる主食です。ごは ん・パン・パスタなど。		<input checked="" type="checkbox"/> しろ のおさら かつお節や昆布など、うま味成分のだ しを使った料理で、子どもの味覚を育 てます。みそ汁・野菜スープなど。		お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材					鮭・米・人参・キャベツ・か ぶ・葱	ピーマン・玉葱・ベーコン・人 参・パスタ・大根・きゅうり・鶏 肉・コーン・わかめ

日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	ごはん つくね 野菜あえ みそ汁 フルーツ	ごはん 筑前煮 キャベツとひじきのサラダ みそ汁 フルーツ	なめこうどん 鶏肉煮 もやしナムル フルーツ	ごはん カレイの煮付け 変わりきんぴら みそ汁 ヨーグルト	ごはん 豚肉のみそ煮 たたききゅうり すまし汁 フルーツ	わかめラーメン ポテトサラダ フルーツ
午後のおやつ	かぼちゃ煮 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶	バターサブレ 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳
食材	米・チーズ・おから・玉葱・鶏 肉・人参・キャベツ・きゅうり・ 大根・わかめ・えのき	大根・人参・蓮根・鶏肉・絹さ や・ごぼう・トマト・ハム・ひじ き・キャベツ・もやし	人参・鶏肉・うどん・なめ こ・小松菜・もやし	米・カレイ・豚肉・切干大 根・人参・絹さや・白滝・ 小葱・白菜	米・豚肉・きゅうり・パ ブリカ・椎茸・小松菜	わかめ・人参・玉葱・もやし・ 豚肉・中華麺・じゃが芋・きゅ うり・ハム・コーン

日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	ごはん 鮭の煮付け なめたけ和え みそ汁 フルーツ	ごはん 鶏肉煮 ごまあえ みそ汁 フルーツ	パン 豚肉煮 南瓜サラダ スープ フルーツ	うどん 鶏肉煮 コロコロサラダ ヨーグルト	納豆ごはん ささみときゅうり和え けんちん汁 フルーツ	卒園式
午後のおやつ	焼きいも 牛乳	食パン 牛乳	みそたんぽ 麦茶	お菓子 牛乳	ゼリー 麦茶	
食材	米・鮭・なめこ・ほうれん 草・人参・白菜・葱・豆腐	米・鶏肉・絹さや・人 参・白菜・しめじ・大根	食パン・豚肉・南瓜・な す・玉葱	うどん・鶏肉・玉葱・人参・ 葱・トマト・きゅうり・竹輪	納豆・米・チーズ・もやし・ きゅうり・鶏肉・葱・白滝・人 参・ごぼう・豚肉	

日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	ごはん 鮭の塩焼き すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	カレーライス コールスローサラダ スープ ゼリー	春分の日	ごはん 鶏肉煮 切干大根煮 みそ汁 ヨーグルト	ごはん つくね ひじき煮 すまし汁 フルーツ	塩焼きそば チンゲン菜のコーン和え スープ フルーツ
午後のおやつ	焼きいも 牛乳	お菓子 牛乳		お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・鮭・昆布・竹輪・人参・白 滝・絹さや・えのき・油揚げ・ 豆腐	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・ 人参・ハム・コーン・キャ ベツ・青梗菜		米・玉葱・鶏肉・白滝・人参・ 切干大根・竹輪・絹さや・もや し	米・鶏肉・玉葱・油揚げ・白 滝・人参・ひじき・大豆・絹さ や・キャベツ	豚肉・玉葱・キャベツ・人 参・もやし・中華麺・コー ン・青梗菜・ハム・えのき

日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	みぞラーメン 鶏肉煮 わかめとしらすのかりかりサラダ ゼリー	ごはん 鱈の煮付け 五色和え みそ汁 フルーツ	パン 鶏肉煮 ブロッコリー スープ ゼリー	ごはん 小松菜チキンバーグ 白菜とコーンのごまサラダ みそ汁 フルーツ	ミートソーススパゲッ ティー ポパイサラダ スープ ヨーグルト	肉うどん キャベツとしらすのおかか和え フルーツ
午後のおやつ	ヨーグルト 牛乳	食パン 牛乳	おほかチーズおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	のり塩ポテト 麦茶	お菓子 牛乳
食材	コーン・もやし・玉葱・豚肉・ 中華麺・鶏肉・大豆・枝豆・油 揚げ・しらす・トマト・わかめ	米・鱈・大根・人参・ハム・ コーン・ほうれん草・豆腐・わ かめ	食パン・鶏肉・玉葱・人 参・じゃが芋・グリーンピー ス・ブロッコリー	米・鶏肉・小松菜・白菜・ 人参・コーン・大根	玉葱・人参・豚肉・パスタ・お から・ほうれん草・人参・コー ン・ツナ・レタス・ハム	豚肉・玉葱・小松菜・人 参・うどん・しらす・キャベ ツ

3月給食献立表(後期食)

令和6年2月29日 めぐみ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
◎ひなまつり給食◎						
日付	<input checked="" type="checkbox"/> みどりの のおさら 野菜・果物・海藻・きのこ類を使った ビタミンを多く含む料理です。 根菜の煮物・あえもの・サラダなど		<input checked="" type="checkbox"/> あか のおさら 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉 となるたんぱく質を多く含む料理で す。魚のムニエル・オムレツなど。		1日	2日
昼食					軟飯 鮭煮 即席漬け すまし汁 ゼリー	ナポリタン 大根サラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	<input checked="" type="checkbox"/> きいろ のおさら ごはん・めん類・パン類・いも類など、 エネルギー源となる主食です。ごは ん・パン・パスタなど。		<input checked="" type="checkbox"/> しろ のおさら かつお節や昆布など、うま味成分のた しを使った料理で、子どもの味覚を育 てます。みそ汁・野菜スープなど。		お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材					鮭・米・人参・キャベツ・か ぶ・葱	ビーマン・玉葱・人参・パス タ・大根・きゅうり・鶏肉・わか め

日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	軟飯 つくね 野菜あえ みそ汁 フルーツ	軟飯 筑前煮 キャベツとひじきのサラダ みそ汁 フルーツ	なめこうどん 鶏肉煮 もやしナムル フルーツ	軟飯 カレイの煮付け 変わりきんぴら みそ汁 ヨーグルト	軟飯 豚肉のみそ煮 たたききゅうり すまし汁 フルーツ	わかめラーメン ポテトサラダ フルーツ
午後のおやつ	かぼちゃ煮 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶	パターサブレ 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・チーズ・おから・玉葱・鶏 肉・人参・キャベツ・きゅうり・ 大根・わかめ・えのき	大根・人参・蓮根・鶏肉・絹さ や・ごぼう・トマト・ひじき・ キャベツ・もやし	人参・鶏肉・うどん・なめ こ・小松菜・もやし	米・カレイ・豚肉・切干大 根・人参・絹さや・小葱・ 白菜	米・豚肉・きゅうり・パ プリカ・椎茸・小松菜	わかめ・人参・玉葱・もやし・ 豚肉・中華麺・じゃが芋・きゅ うり

日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日	
昼食	軟飯 鮭の煮付け なめたけ和え みそ汁 フルーツ	軟飯 鶏肉煮 ごまあえ みそ汁 フルーツ	パン 豚肉煮 南瓜サラダ スープ フルーツ	うどん 鶏肉煮 コロコロサラダ ヨーグルト	納豆ごはん ささみときゅうり和え けんちん汁 フルーツ	卒園式	
午後のおやつ	焼きいも 麦茶	食パン 麦茶	みそおじや 麦茶	お菓子 麦茶	ゼリー 麦茶		
食材	米・鮭・なめこ・ほうれん 草・人参・白菜・葱・豆腐	米・鶏肉・絹さや・人 参・白菜・しめじ・大根	食パン・豚肉・南瓜・な す・玉葱	うどん・鶏肉・玉葱・人参・ 葱・トマト・きゅうり	納豆・米・チーズ・もやし・ きゅうり・鶏肉・葱・人参・ご ぼ・豚肉		

日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日	
昼食	軟飯 鮭の塩焼き すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	軟飯 肉じゃが サラダ スープ ゼリー	春分の日		軟飯 鶏肉煮 切干大根煮 みそ汁 ヨーグルト	軟飯 つくね ひじき煮 すまし汁 フルーツ	塩焼きそば 野菜和え スープ フルーツ
午後のおやつ	焼きいも 麦茶	お菓子 麦茶			お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	
食材	米・鮭・昆布・人参・絹さ や・えのき・豆腐	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・ 人参・キャベツ・青梗菜			米・玉葱・鶏肉・人参・切 干大根・絹さや・もやし	米・鶏肉・玉葱・人参・ひ じき・大豆・絹さや・キャベ ツ	豚肉・玉葱・キャベツ・人 参・もやし・中華麺・青梗 菜・えのき

日付	25日	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	みそラーメン 鶏肉煮 わかめとしらすのサラダ ゼリー	軟飯 鱈の煮付け 野菜和え みそ汁 フルーツ	パン 鶏肉煮 ブロッコリー スープ ゼリー	軟飯 小松菜チキンバーグ 白菜のサラダ みそ汁 フルーツ	ミートソーススパゲッ ティー ポパイサラダ スープ ヨーグルト	肉うどん キャベツとしらすのおかか和え フルーツ
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	食パン 麦茶	おかかチーズおじや 麦茶	お菓子 麦茶	のり塩ポテト 麦茶	お菓子 麦茶
食材	もやし・玉葱・豚肉・中華麺・ 鶏肉・大豆・枝豆・しらす・ト マト・わかめ	米・鱈・大根・人参・ほ うれん草・豆腐・わか め	食パン・鶏肉・玉葱・人 参・じゃが芋・グリーンピー ス・ブロッコリー	米・鶏肉・小松菜・白菜・ 人参・大根	玉葱・人参・豚肉・パスタ・ おから・ほうれん草・人 参・ツナ・レタス	豚肉・玉葱・小松菜・人 参・うどん・しらす・キャベ ツ