

令和6年 3月予定献立表

竜王西保育園
【♪は手作りおやつです】

日	曜日	献立名	主食	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	備考	
				肉・血・骨になる	体の調子を整える	働く力になる		
AM	おやつ	せんべい 牛乳		牛乳		せんべい	ひなまつり給食	
1	金	春色ちらし寿司	ごはん	でんぶ HOBOTAMA	人参 えのき 椎茸 グリンピース	米 砂糖 ごま		
		チキンカツ		鶏肉	ブロッコリー キャベツ 人参 アスパラ コーン	ノンエッグマヨネーズ		
		ミモザサラダ		わかめ なると 鯉節	ほうれん草			
		ひな祭りすまし汁			バナナ			
		果物(バナナ)						
PM	おやつ	三色花ゼリー カルピス				ゼリー カルピス		
AM	おやつ	クッキー 麦茶				クッキー		
2	土	アスパラとベーコン入りクリーミーコロッケ	ごはん	肉団子		コロッケ 油		
		肉団子		肉団子				
		野菜炒め			キャベツ 人参 もやし	油		
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
AM	おやつ	せんべい 牛乳		飲:牛乳		せんべい		
4	月	スパゲティミートソース	麺	豚肉 大豆	玉葱 トマト にんにく セロリ	スパゲティ 油 オリブ油 砂糖	園長先生 おすすめメ ニューです	
		ミックスビーンズサラダ		ミックスビーンズ ツナ	いんげん 胡瓜 人参 コーン	油 砂糖 片栗粉		
		フルーツヨーグルト			みかん パイン 桃 レーズン バナナ ナタデココ	砂糖		
		♪SDGsなガバオライスコロッケ 麦茶			コーン ビーマン 赤ビーマン 人参			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
5	火	ピザ風オムレツ	セルフ おにぎ り	卵 チーズ ベーコン	玉葱	ビスケット	オムレツはフラン ス発祥の卵料理 で、オムレツ と呼ばれるいま ました。	
		おかか和え		鶏肉 鯉節	小松菜 もやし 人参	砂糖 油		
		豆腐と油揚げの味噌汁		豆腐 油揚げ わかめ 味噌 煮干し	ねぎ	片栗粉 砂糖		
		果物(オレンジ)			オレンジ			
PM	おやつ	♪ノンエッククッキー 牛乳		飲:牛乳		油 小麦粉 砂糖		
AM	おやつ	ゼリー				ビスケット		
6	水	鶏肉のマーマレード焼き	ごはん	鶏肉		ビスケット	マーマレードは 柑橘類を原料とし つつ、その皮も使 ったものというこ とで、皮がないと マーマレードとは名 乗れないのです	
		納豆和え		納豆 鯉節	おくら キャベツ 小松菜 人参	ジャム 片栗粉 砂糖		
		チンゲン菜の豆乳汁		昆布	チンゲン菜 えのき ねぎ コーン	油 小麦粉 砂糖		
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	♪大根餅 牛乳		飲:牛乳 魚肉ソーセージ	大根 フライドオニオン	片栗粉 小麦粉 油 ごま油		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
7	木	ハンバーグ	ごはん	豚肉 豆乳	玉葱	ハン粉 ノンエッグマヨネーズ 油	乾物 ~わかめ~	
		フライドポテト						
		豆腐となめこの味噌汁		豆腐 わかめ 味噌 煮干し	ねぎ なめこ	じゃが芋 油		
		果物(りんご)			りんご			
PM	おやつ	♪フルーチェ		牛乳	みかん	フルーチェ		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
8	金	鯖の味噌煮	ごはん	鯖 味噌	生姜	ビスケット	鯖の味噌煮は、 とっても美味し いと子どもにも 大人にも好評で す。	
		切り干し大根マヨサラダ		ハム 味噌	切り干し大根 人参 胡瓜	砂糖		
		豆腐と野菜の味噌汁		豆腐 わかめ 味噌 煮干し	もやし 人参 えのき	ノンエッグマヨネーズ ごま		
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	ヨーグルト		ヨーグルト				
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
9	土	エビマヨネーズ風コロッケ	ごはん			コロッケ 油		
		しゅうまい						
		野菜炒め			キャベツ 人参 もやし	油		
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
11	月	ハヤシライス	ごはん	豚肉	玉葱 人参 パセリ トマト	米 油 ルー じゃが芋	給食のハヤシラ イスはものすく く大量の玉ねぎ をじっくり炒め るのがポイント です。	
		フレンチサラダ		ツナ	キャベツ 胡瓜 人参 大根	砂糖 片栗粉 オリブ油		
		カクテルゼリーフルーツ			みかん パイン 桃 レーズン	ゼリー 砂糖		
		あんぱんまんパン 牛乳		飲:牛乳		パン		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
12	火	ポークビーンズ	ごはん	豚肉 大豆 ベーコン チーズ	玉葱 人参 パセリ トマト	油 じゃが芋 砂糖	世界の料理 「アメリカ 料理」	
		スティックサラダ			ごぼう 人参 胡瓜 大根 いんげん	ノンエッグマヨネーズ ごま 砂糖		
		コンソメスープ			キャベツ 玉葱 カリフラワー 人参 パセリ			
		果物(オレンジ)			オレンジ			
PM	おやつ	♪ライスクリスピー 牛乳		飲:牛乳		ボン菓子 バター マシュマロ		
AM	おやつ	ヨーグルト		ヨーグルト			誕生日会	
13	水	赤飯	ごはん	甘納豆		米 もち米 ごま		
		鮭のタンドリー焼き		鮭 豆乳ヨーグルト	にんにく	パン粉 油		
		フライド人参&さつま芋			人参	さつま芋 油 片栗粉		
		キャベツと豚肉の味噌汁		豚肉 味噌 煮干し	キャベツ 小松菜 ねぎ			
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	♪お誕生ケーキ 野菜ジュース		生クリーム	野菜ジュース みかん パイン 桃	お米deプリンタルト		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
14	木	焼きそばパン	パン	青のり 豚肉	キャベツ 玉葱 人参	パン 中華蒸麺 油	Book de Lunch 「うれない 焼きそばパ ン」	
		焼き餃子						
		中華スープ		鶏肉	チンゲン菜 玉葱 人参 えのき	餃子		
		果物(パイン)			パイン	ごま油		
PM	おやつ	♪ツナ昆布おにぎり 牛乳		飲:牛乳 ツナ 昆布		米		

日	曜日	献立名	主食	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	備考	
				肉・血・骨になる	体の調子を整える	働く力になる		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
15	金	鶏肉の唐揚げ	ごはん	鶏肉	生姜 にんにく	ノンエッグマヨネーズ 小麦粉 片栗粉 油	ひまわり組 希望献立	
		バリバリサラダ			キャベツ 人参 フロッコリー コーン 胡瓜	善哉の皮 油 砂糖 片栗粉 オリーブ油		
		コーンクリームスープ			生クリーム	玉葱 マッシュルーム コーン パセリ		じゃが芋 油 コーンスープの素
		果物(いちご)				いちご		ゼリー
PM	おやつ	手ちやスプリン				手ちやスプリン		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
16	土	焼肉カルビ風メンチカツ	ごはん	メンチカツ			油	
		アンサンブルエッグ		アンサンブルエッグ				
		野菜炒め			キャベツ 人参 もやし	油		
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
18	月	ゆで鶏の油淋鶏風	ごはん	鶏肉	ねぎ	砂糖 小麦粉	鶏むね肉を使ったヘルシーな揚げない油淋鶏です。ソースが絶妙♪	
		シーザーサラダ			胡瓜 キャベツ カリフラワー フロッコリー コーン	ドレッシング クルトン		
		さつま芋とコーンのスープ			ねぎ コーン	さつま芋		
		果物(オレンジ)			オレンジ			
PM	おやつ	トジャムサンドパン 牛乳		飲:牛乳		パン ジャム		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
19	火	もぶりめし	ごはん	鶏肉 油揚げ じゃこ	こんにゃく 人参 ごぼう 椎茸 いんげん	米 砂糖	今月の郷土料理 「広島県」	
		鯖の若草焼き			ほうれん草	ノンエッグマヨネーズ 砂糖		
		昆布和え			キャベツ 胡瓜 もやし 人参	ごま油		
		さつま芋の味噌汁			小松菜 ねぎ	じゃが芋		
PM	おやつ	果物(りんご)		飲:牛乳 豚肉 青のり 鰯節		りんご		
AM	おやつ	ト広島焼き 牛乳		飲:牛乳		キャベツ もやし		
AM	おやつ	クッキー 麦茶				クッキー		
21	木	チャーハン	ごはん	桜エビ 豚肉	玉葱 にんにく 生姜 ミックスベジタブル	米 油 ごま油 ごま	乾物 ～桜エビ～	
		春巻き			ほうれん草	春巻き 油		
		彩りサラダ			キャベツ フロッコリー コーン こんにゃく いんげん 鮭ビーズ	オリーブ油 片栗粉 砂糖		
		フルーツポンチ			みかん バイン 桃 バナナ りんご レーズン			
PM	おやつ	焼きこあじ(せんべい) 牛乳		飲:牛乳 煮干し		(せんべい)		
AM	おやつ	せんべい 牛乳				せんべい		
22	金	赤飯	ごはん	甘納豆		米 もち米 ごま	卒園おめでとう 給食 	
		エビフライ			エビフライ	油		
		ポテトサラダ			魚肉ソーセージ	コーン 胡瓜 人参		じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ
		豚汁			豚肉 豆腐 味噌 煮干し	ごぼう 人参 こんにゃく ねぎ		里芋 ごま油
PM	おやつ	果物(バナナ)		いちご		いちご		
AM	おやつ	お祝いゼリー				ゼリー		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
23	土	ハンバーグ	ごはん	ハンバーグ			ノンエッグマヨネーズ	
		豆腐ナゲット		豆腐ナゲット				
		ゆでフロッコリー			フロッコリー			
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	プリン				プリン		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
25	月	豆腐のミートクラタン	ごはん	豆腐 大豆ミート チーズ	玉葱 人参 パセリ	オリーブ油	SDGsメニュー	
		皮ごと野菜のきんぴら			大根 人参 ごぼう	ごま油 ごま 砂糖		
		丸ごと野菜の具沢山汁			味噌 煮干し	南瓜 人参 大根 小松菜		さつま芋
		果物(オレンジ)			オレンジ			
PM	おやつ	トきな粉トースト 牛乳		飲:牛乳 きな粉		パン 砂糖 バター		
AM	おやつ	ビスケット 麦茶				ビスケット		
26	火	ひじきごはん	ごはん	ひじき 鶏肉	人参 コーン いんげん	米 油 砂糖	ひじきの旬は3～5月の春から初夏にかけての時期です。現在日本で流通しているひじきの約9割が韓国産と中国産です。	
		お麩の卵とじ			卵	キャベツ 人参 ねぎ		麩 砂糖 油
		グリーンサラダ			カリフラワー 大根 いんげん コーン フロッコリー	ドレッシング		
		もずくの味噌汁			油揚げ もずく 味噌 煮干し	玉葱 小松菜 人参		
PM	おやつ	果物(スライスパイ)		飲:牛乳		パイ		
AM	おやつ	トビスケットケーキ 牛乳		牛クリーム 牛乳		ビスケット		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
27	水	鶏肉の照り焼き	ごはん	鶏肉	生姜	砂糖	照り焼きは、海外、特にアメリカでは、日本語由来の「teriyaki」が辞書にも載っているほど浸透しています。	
		系かまぼこのマヨネーズ和え			系かまぼこ ひじき	ほうれん草 コーン		ノンエッグマヨネーズ ごま 砂糖 片栗粉 油
		じゃが芋の味噌汁			味噌 煮干し	小松菜 ねぎ		じゃが芋
		果物(バナナ)				バナナ		
PM	おやつ	トいりこめし 牛乳		飲:牛乳 昆布 じゃこ 油揚げ		米		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
28	木	白身魚のミモザ焼き	ごはん	カレイ 卵 チーズ	玉葱 パセリ	ノンエッグマヨネーズ	ミモザ焼きとは、ミモザの花のような色合いに似た料理です。	
		五目煮ひだし			油揚げ	もやし 人参 小松菜 いんげん		砂糖
		鶏肉とじゃが芋の味噌汁			鶏肉	ほうれん草		ごま油 じゃが芋
		果物(オレンジ)				オレンジ		
PM	おやつ	トみたらし蒸しパン 牛乳		牛乳 卵		蒸しパンミックス 砂糖 片栗粉		
AM	おやつ	クッキー 麦茶				クッキー		
29	金	カレーライス	ごはん	豚肉	玉葱 人参 セロリ 生姜	米 油 じゃが芋 ルー	令和5年度も給食業務にご理解とご協力ありがとうございました。	
		福神漬			福神漬			
		カリフロサラダ			ツナ	カリフラワー フロッコリー		ドレッシング
		クラッシュゼリー			みかん バイン 桃 レーズン レモン汁	ゼリー素		
PM	おやつ	ヨーグルト		ヨーグルト		ヨーグルト		
AM	おやつ	せんべい 麦茶				せんべい		
30	土	すき焼き風コロケ	ごはん				餃子	
		焼き餃子						
		野菜炒め			キャベツ 人参 もやし			
		果物(バナナ)			バナナ			
PM	おやつ	プリン				プリン		

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

☺ フレンズメニュー（昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。）