



3がつのこんだて



日にち	メニュー	3時のおやつ	延長のおやつ	おもな材料のはたらき		
				赤群 体をつくるもとになる	黄群 エネルギーのもとになる	緑群 体の調子をととのえる
2・16・30	鶏のすき煮 酢の物	ベーコンとチーズのパンケーキ	グレープゼリー	鶏肉 しらす干し	さとう	白菜、人参、玉ねぎ、しめじ、ねぎ きゅうり、みかん缶
3・17・31	シーフードグラタン スープ	3日:おこしもの 17:31日マカロニきな粉	みかん	白身魚、ロールイカ、牛乳 粉チーズ	じゃが芋、上新粉、パン粉	玉ねぎ、パセリ キャベツ、人参、エリンギ
4	豚肉と大根のうま煮 すみそあえ	のりしお餃子	菜めしご飯	豚肉 生わかめ、水煮のあさり缶、白みそ	さとう	こんにゃく、大根、人参、わかごん、さやいんげん わけぎ
5・19	ハンバーグ(付け合せ) ブロッコリーの和え物、ヨーグルト	讃岐うどん	バナナ	豚挽肉、豆腐 ツナ缶、ヨーグルト	片栗粉、油、じゃが芋	玉ねぎ、人参 ブロッコリー
6・20	たまご焼き みそ汁、オレンジ	りんごとおせんべい	オレンジゼリー	鶏挽肉、卵 高野豆腐、赤みそ		人参、玉ねぎ、さやえんどう 白菜、えのき茸、あさつき、オレンジ
7	みそラーメン		おろすく	豚肉、白みそ、赤みそ	中華そば、油、さとう、すりごま、ごま油	人参、もやし、チンゲン菜、にんにく
9・23	ケチャップソテー 大根とベーコンの洋風煮、りんご	牛乳プリン	昆布ご飯	豚肉 ベーコン	油	玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン 大根、小松菜、りんご
10・24	さかなのみそ焼き 卵の花炒し煮	アメリカンドック風ドーナッツ	りんご	白身魚、赤みそ おから、油揚げ	さとう、油	人参、しめじ、ねぎ
11・25	チキンカレーライス 海藻サラダ	五平餅	オレンジ	鶏肉、スキムミルク 生わかめ	じゃが芋、油、小麦粉、バター さとう	人参、玉ねぎ きゅうり、コーン缶
12・26	ヒレカツ ごま和え、パイン缶	三色団子	ベビーチーズ	豚ひれ肉	小麦粉、パン粉、油 すりごま	なばな、人参、もやし、パイン缶
13・27	豆腐の五目煮 かぼちゃの煮付け	まんじゅう	フルーツミックス	豆腐、豚肉	片栗粉 さとう	しょうが、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、ねぎ かぼちゃ
14	しのだうどん チーズ		クッキー	油揚げ、かまぼこ チーズ	干めん	ほうれん草
誕生会 18	ちらし寿司 すまし汁、オレンジ	ケーキ	おせんべい	マグル缶、しらす干し、卵、刺みのり 豆腐	さとう	人参、かんぴょう、きゅうり えのき茸、みつば、オレンジ

※献立は多少変更することがあります。

※上記の材料の他、メニューにより醤油、スープの量をしようします。

2がつのきゅうしょく

誕生会
メキシカンライス
スープ、りんご



2・16
魚の照焼き
わかり和え、みそ汁



3・17
チキンビーンズ
ごま和え



4・18
マーボー丼
大根せらぐ



5・19
コロッケ
ブロッコリーの和え物、みかん



今年度も晴すところあと1か月となりま
した。すかいさんは、もうすぐ小学生です
ね。

そんすかいさんは、2月からおやつの
牛乳が瓶牛乳になりました。
これも小学校に向けての練習です。瓶
牛乳になった初日、小学校では給食時
間に牛乳を飲むと聞いて驚いた子や、お
やつがないことに悲しむ子がいました。
日々、みんなが大きくなるなあと思いなが
らも、おやつがないことを残念に思う姿
は、入園当初と変わらないと感じ、とても
ほほえましかったです。

6・20
ひじきとじゃが芋の煮物
かき玉汁



7
スープそば



9・23
白菜のクリームシチュー
ソテー



10・24
魚のから揚げ
おひたし、パイン缶



25
親子煮
中華和え、みかん



12・26
みそおでん
酢の物



13
肉団子のスープ
南瓜の煮付



14・28
あんかけきしめん

