

3月の献立

日にち	こんだて	3時のおやつ	おもな材料のはたらき		
			赤群	黄群	緑群
1	ちらし寿司、すまし汁、りんご	おこしもち	味付けマグロ缶、しらす干し 卵、刻みのり、豆腐、わかめ	さとう	人参、かんぴょう、干しいたけ、 きゅうり、りんご
2. 16. 30	五目中華	ヨーグルト おせんべい	豚肉	中華そば	白菜、人参、もやし、チンゲン菜
4. 22	五目煮、みそ汁、ごはん	4日おふのきな粉ラスク 22日アップルパン	はんぺん、油揚げ 赤みそ	じゃが芋、さとう	人参、大根、グリーンピース
5. 20	豚肉と大根のうま煮、ごはん ひじきのミルキーサラダ、オレンジ	5日じゃこトースト 20日白桃ババロア	豚肉、ひじき、ツナ缶	さとう、マヨネーズ	こんにゃく、大根、人参、れんこん さやいんげん、ほうれん草
6	ハンバーグケチャップソース、付合わせ ブロッコリーのごま和え、ロールパン	おかかごはん	豚ひき肉、豆腐	片栗粉、じゃが芋 すりごま	人参、玉ねぎ、ブロッコリー
7. 18	和風卵焼き、なばなの和えもの ごはん	さつま芋のバター焼き	鶏ひき肉、しらす干し 卵		人参、玉ねぎ、みつば、なばな
8. 19	鮭の豆乳グラタン、ソテー、食パン	いなりごはん	鮭、豆乳、チーズ	じゃが芋、上新粉	人参、玉ねぎ、パセリ、コーン缶 キャベツ
9. 23	五目きしめん、チーズ	ぶどうゼリー ビスケット	油揚げ、チーズ	きしめん	人参、ほうれん草、ねぎ、しめじ
11. 25	豚丼、すみそあえ	焼きそば	豚肉、白みそ、わかめ ツナ缶	さとう	人参、玉ねぎ、しらたき、さやいんげん わけぎ
12. 29	チキンソテー、わかめスープ ごはん	12日フルーツトライフル 29日小倉サンド	鶏肉、わかめ		しょうが、玉ねぎ、キャベツ、人参 ピーマン、えのき茸、あさつき
13. 28	パン粉焼、ゆかり和え、パイン缶 ごはん	チヂミ	鶏肉	小麦粉、パン粉、油	キャベツ、人参、もやし、パイン缶
14. 27	八宝豆腐、南瓜煮付け、ごはん	14日おふのきな粉ラスク 27日フルーツトライフル	豆腐、豚肉	片栗粉、ごま油 さとう	しょうが、人参、玉ねぎ、しめじ チンゲン菜、南瓜
15. 26	さわらの煮付け、ごはん、りんご じゃが芋の金平	15日お誕生日会 カステラケーキ 26日じゃこトースト	さわら	さとう、じゃが芋、油	しょうが、人参、さやえんどう、りんご

2月の献立写真

2, 16



あんかけきしめん

4, 25



炊き込みごはん
白みそ汁、みかん

5, 15



豆腐の卵煮、ごはん
しょうが炒め

6, 20



煮魚、ごはん
ひじきとじゃが芋の煮物

7, 21



ポークビーンズ、ロールパン
マカロニサラダ

8, 28



担々汁ビーフン、酢の物
ごはん、りんご

9, 23



カレーうどん

12, 26



クリームシチュー、食パン
ブロッコリーのサラダ

13, 27



関東煮風、ソテー
ごはん

14



焼コロッケ、ごはん
ツナの和え物

18



白菜と肉団子のスープ煮
わかめの炒め物、ごはん

19



ししゃものから揚げ、ごはん
いそ和え、パイン缶

誕生日会



22



メキシカンライス
スープ、りんご

今月のクッキングは恵方巻を作りました。今回は手巻き風にしました。海苔の上に酢飯と具をのせてもらって自分たちでクルクルッと巻きました！楽しくておいしかったようでたくさんおかわりしていました。今回は急遽つきぐみさんも自分たちで作りました！やはり楽しかったようでたくさん食べてくれました♪