



3月 予定献立表 & 給食だより



※1歳以上の未満児さんは、9時30分頃に牛乳が頂けます。

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※◎は朝おやつ、○は午後おやつ材料です。

認定こども園世羅幼稚園

日付	献立名	材料名			日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	ごはん、すまし汁、野菜そぼろ丼、くだもの	油、米粉、ごま油、米	○牛乳、豚ひき肉、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、こまつな、カットわかめ	15 土	卒園式				
03 月	お誕生日会・おひな祭り ごはん、キラキラスープ、鶏の唐揚げ & ブロッコリー、ポテトサラダ、お楽しみデザート	じゃがいも、○コーンスターチ、○小麦粉、マヨネーズ、○砂糖、はるさめ、油、片栗粉、米	○牛乳、鶏むね肉、○バター、ウインナー、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、コーン(冷凍)、ブロッコリー、きゅうり、ねぎ、しょうが、にんにく	17 月	ごはん、みそ汁、松風焼き、マセドアンサラダ、くだもの	○食パン、じゃがいも、マヨネーズ、ごま、砂糖、米	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、ツナ油漬缶、油揚げ、◎牛乳	くだもの、もやし、にんじん、たまねぎ、○いちごジャム、コーン(冷凍)、きゅうり、ねぎ、干しいたけ	◎牛乳、○牛乳、○ジャムサンド
04 火	ふるさと給食 ごはん、カレー、ごま和え、くだもの	じゃがいも、小麦粉、ごま、○小麦粉、砂糖、米	○牛乳、牛肉(もも)、○豚ひき肉、鶏ささ身、バター、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、キャベツ、○たまねぎ、○にんじん、にんにく	18 火	ごはん、鶏肉と小松菜のクリームライス、パンサンスウ、くだもの	じゃがいも、○さつまいも、○小麦粉、はるさめ、○砂糖、米粉、砂糖、油、ごま油、米	○牛乳、豆乳、鶏むね肉、○バター、ウインナー、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、クリームコーン缶、にんじん、キャベツ、こまつな、にんにく	◎牛乳、○牛乳、○さつまいもソフトクッキー
05 水	ごはん、コーンスープ、鮭の塩こうじ焼き、根菜と豚肉の煮物、くだもの	○コーンフレーク、○油、米	○牛乳、さけ、豆乳、豚肉(もも)、◎牛乳	くだもの、クリームコーン缶、たまねぎ、れんこん、にんじん、さやえんどう	19 水	みそ汁の日 ごはん、おかず汁、鮭のフライ、昆布あえ、くだもの	じゃがいも、油、パン粉、小麦粉、ごま油、砂糖、米	○牛乳、さけ、米みそ(淡色辛みそ)、鶏ひき肉、ちくわ、油揚げ、卵、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、○オレンジ濃縮果汁、はくさい、○みかん缶、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、塩こんぶ	◎牛乳、○牛乳、○オレンジゼリー
06 木	ごはん、ラーメン、マーボー豆腐、もやしのナムル、くだもの	ゆでそば、○砂糖、ごま油、ごま、砂糖、片栗粉、米	木綿豆腐、○豆乳ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、○豆乳、豚肉(もも)、○豆乳生クリーム、赤みそ、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、もやし、キャベツ、コーン缶、きゅうり、にんじん、ねぎ、○レモン果汁、カットわかめ、しょうが、にんにく	21 金	ごはん、すまし汁、鶏肉ソテーマトソース、もやしとウインナーのあえ物、くだもの	○米、油、○砂糖、砂糖、ごま、片栗粉、○黒ごま、三温糖、ごま油、米	鶏むね肉、○油揚げ、ウインナー、油揚げ、◎牛乳	くだもの、はくさい、もやし、ホールマト詰詰、にんじん、たまねぎ、コーン缶、カットわかめ、にんにく	◎牛乳、○お茶、○いなりすし
07 金	愛情の日 ごはん、みそ汁、ツナのみそから井、くだもの	じゃがいも、○米粉、○砂糖、○油、砂糖、ごま油、米	○牛乳、ツナ油漬缶、○卵、○豆乳生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、◎牛乳	くだもの、もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな	22 土	ごはん、ハヤシライス、フルーツヨーグルト	米粉、砂糖、油、米	○牛乳、ヨーグルト(無糖)、牛肉(もも)、◎牛乳	たまねぎ、みかん缶、にんじん、しめじ、えのきたけ	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー
08 土	ごはん、スープ、ピビンバ、くだもの	○小麦粉、○砂糖、ごま、砂糖、ごま油、米	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、○卵、○無塩バター、◎牛乳	くだもの、もやし、にんじん、こまつな、カットわかめ、しょうが、にんにく	24 月	ごはん、元気スープ、鶏肉のごまみそ焼き、コールスローサラダ、くだもの	油、片栗粉、ごま、砂糖、米	鶏むね肉、○牛乳、木綿豆腐、○カルピス、ウインナー、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	くだもの、キャベツ、○もも缶、○みかん缶、○パン缶、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、コーン缶	◎牛乳、○お茶、○カルピスポンチ
10 月	ごはん、豆乳スープ、ハンバーグ、中華風和え物、くだもの	○食パン、○砂糖、パン粉、油、砂糖、ごま油、米	○ヨーグルト(ドリンク)、豆乳、豚ひき肉、○牛乳、牛ひき肉、○卵、卵、○バター、◎牛乳	くだもの、はくさい、たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、えのきたけ	25 火	ふるさと給食 ごはん、米粉麺のうどん、鯖のみそ焼き、田舎煮、くだもの	○じゃがいも、米粉めん、砂糖、油、○油、ごま油、○片栗粉、○米粉、米	○牛乳、さわら、鶏むね肉、米みそ(淡色辛みそ)、○ウインナー、ちくわ、油揚げ、◎牛乳	くだもの、だいこん、れんこん、にんじん、たまねぎ、ごぼう、○にんじん、さやえんどう、ねぎ、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○にんじんポンデケーキ
11 火	ごはん、みそ汁、さばの塩焼き、だいこんおろし、玉ねぎドレッシングサラダ、くだもの	○砂糖、油、砂糖、米	○牛乳、○豆乳、さば、米みそ(甘みそ)、ちくわ、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、だいこん、にんじん、はくさい、キャベツ、ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、カットわかめ	26 水	ごはん、パンパキンスープ、ナポリタン、ブロッコリーのおかか和え、くだもの	○米、マカロニ・スパゲティ、○天かす、○ごま、オリーブ油、米	豆乳、ウインナー、かまぼこ、○かつお節、かつお節、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、ピーマン、○塩こんぶ、○あおのり	◎牛乳、○お茶、○たぬきおにぎり
12 水	ごはん、ポテトスープ、トンカツ、スパゲティのサラダ、くだもの	○米、じゃがいも、マヨネーズ、パン粉、スパゲティ、油、小麦粉、オリーブ油、砂糖、○砂糖、米	豚肉(もも)、○鶏ひき肉、卵、ツナ油漬缶、◎牛乳	くだもの、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、○あおのり	27 木	ごはん、すまし汁、チンジャオロース、なます、くだもの	じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、ごま油、砂糖、片栗粉、米	○牛乳、豚肉(もも)、○豆乳、○バター、○卵、ちくわ、油揚げ、◎牛乳	くだもの、もやし、たまねぎ、だいこん、にんじん、○マーマレード、ピーマン、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○マーマレードケーキ
13 木	ごはん、うどん、赤魚の照り焼き、フライドポテト、わかめの酢の物、くだもの	じゃがいも、干しうどん、○小麦粉、○砂糖、○油、油、砂糖、ごま油、ごま、米	○牛乳、あかうお、○豆乳、○卵、○バター、かまぼこ、油揚げ、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、だいこん、にんじん、きゅうり、こまつな、カットわかめ、しょうが、あおのり	28 金	ごはん、もずくスープ、あじの南蛮、うの花サラダ、くだもの	○ロールパン、マヨネーズ、砂糖、油、○砂糖、片栗粉、米	○牛乳、あじ、木綿豆腐、おかから、ツナ油漬缶、○バター、○きな粉、かつお節、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、もずく、きゅうり、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○きなこラスク
14 金	ふるさと給食 ごはん、すまし汁、タンドリーチキン、切干のおかか煮、くだもの	○黒砂糖、○焼ふ、砂糖、○砂糖、○ごま、米	○牛乳、鶏むね肉、ヨーグルト(無糖)、油揚げ、○バター、○きな粉、◎牛乳	くだもの、はくさい、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、いんげん、にんにく、しょうが	29 土	ごはん、キーマカレー、フルーツヨーグルト	砂糖、米粉、油、米	○牛乳、豚ひき肉、ヨーグルト(無糖)、◎牛乳	たまねぎ、もも缶(黄桃)、みかん缶、にんじん、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー
31 月	ふるさと給食 ごはん、みそ汁、スパニッシュオムレツ、切干大根のあえもの、くだもの					じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、○油、砂糖、ごま、ごま油、米	○ヨーグルト(ドリンク)、卵、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ油漬缶、油揚げ、○きな粉、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、もやし、切り干しだいこん、こまつな、ピーマン、ねぎ	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○きなこちんすこう	

もう一度食べたい☆

アンコール給食!

今年度の給食もあと1か月となりました。今年度の給食で、どんなメニューがおいしかったですか? 今月は、ふじ組さんに聞いたアンコールメニューを多く取り入れています。お楽しみに!!

メインの部

1位 からあげ

2位 ハンバーグ

3位 カレー

スープ・汁の部

1位 ラーメン

2位 うどん

3位 豆乳スープ

副食の部

1位 ポテトサラダ

2位 スパゲティサラダ

3位 フライドポテト

おやつ

1位 マシュマロサクサクボール

2位 ココアプリン

3位 豆乳ムース

4位 クッキー、マフィン

マシュマロサクサクボール

材料 (8個分)

コーンフレーク・・・100g
マシュマロ・・・60g
バター・・・30g
(*バターの代わりにサラダ油でも美味しく仕上がります♪)

作り方

- 1 耐熱ボールにマシュマロ・バターを入れ、時々、マシュマロを溶かすように混ぜ、電子レンジで1分チンする。
- 2 マシュマロが溶けたら、コーンフレークを入れ全体にからめるように混ぜる。
- 3 1個分ずつラップにとって丸めて、冷やして出来上がり。

レンジでできて簡単! アレンジしやすいレシピ

~認定こども園・保育所 せらのふるさと給食~

今月のせら食材

切干大根 米粉麺 牛肉

- ・切干大根の和え物
- ・切干大根のおかか煮
- ・米粉麺のうどん
- ・カレー