

給食献立表

平成30年3月1日 社会福祉法人 本郷こども園

月	火	水	木	金
<p>*今年度もあと1ヶ月です。給食には苦手なものや家では食べないメニューもたくさんあったと思いますが、お友達と一緒に食べる事でそのうち「食べてみようかな」と思うようになりました。楽しい雰囲気の中での食事はマナーや人間性を育む学びの場です。家族で囲む食事もし楽しい時間になるといいですね。 3月の給食は進級、卒園お祝いとしてお寿司や赤飯を、またおやつもお楽しみメニューがあります。</p>			<p>3/1 未満児 ホット牛乳 せんべい ウインナーの炒め物 (ウインナー、しめじ) 白和え (豆腐、人参、椎茸、ほうれん草、こんにゃく) 味噌汁 (じゃが芋、わかめ、玉ねぎ) チェリー 佃煮昆布 (239k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミレーフライ</p>	<p>3/2 未満児 チーズ 鶏の竜田揚げ 和風ペペロンチーノ (スパゲッティ、ベーコン、しめじ、椎茸、えのき、舞茸、青しそ) 卵スープ (卵、ねぎ) ブロッコリー ごま塩 (210k cal) 3時 ジャコ・肝油 カルピス ひなあられ</p>
<p>3/5 未満児 みかん入りヨーグルト 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ (春雨、人参、きゅうり、カニカマ) 澄まし汁 (しらす、玉ねぎ、ほうれん草) パセリ 塩昆布 (253k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミルク 野菜スナック</p>	<p>3/6 未満児 バナナ 鯖の照煮 サラダ (きゅうり、キャベツ、玉ねぎ、人参、ハム) 味噌汁 (玉ねぎ、えのき、わかめ) しそふりかけ (302k cal) 3時 ジャコ・肝油 ココア ビスコ</p>	<p>3/7 未満児 クラッカー 肉じゃが (じゃが芋、人参、玉ねぎ、豚肉、こんにゃく、グリーンピース) 胡麻和え (もやし、白菜、ほうれん草) 味噌汁 (豆腐、ねぎ、なめこ) チェリー チーズ 納豆 (217k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミニアメリカンドッグ</p>	<p>3/8 未満児 豆乳 せんべい きんぴら (ごぼう、しらす) 笹身サラダ (鶏肉、レタス、きゅうり、人参) クリームシチュー (白菜、人参、ベーコン、玉ねぎ) みかん缶 佃煮昆布 (214k cal) 3時 ジャコ・肝油 とんがりコーン</p>	<p>3/9 未満児 チーズ 千草焼 (卵、豚肉、人参、玉ねぎ、椎茸、ピーマン) ソテー (ほうれん草、しめじ) チキンスープ (人参、玉ねぎ、鶏肉、えのき、チンゲン菜) ごま塩 (180k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミルク リッツ</p>
<p>3/12 未満児 動物ビスケット すき焼き風煮 (牛肉、人参、豆腐、ねぎ、こんにゃく、白菜) マッシュポテト にら玉スープ (にら、卵、椎茸) チェリー 塩昆布 (208k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミルク 雪の宿</p>	<p>3/13 未満児 みかん入りヨーグルト チキンのケチャップ煮 (鶏肉、ピーマン、エリンギ) 大根サラダ (大根、水菜、ハム) 春雨スープ (春雨、キャベツ、豆腐、玉ねぎ) 佃煮昆布 (193k cal) 3時 ジャコ・肝油 紫芋チップス</p>	<p>3/14 未満児 クラッカー カレーシチュー (豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参) サラダ (みかん缶、バナナ、キャベツ、きゅうり) お浸し (ほうれん草、もやし) レーズン (233k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミルク えびせん</p>	<p>3/15 未満児 ホット牛乳 せんべい 煮物 (角天、人参、いんげん) マカロニサラダ (マカロニ、きゅうり、人参、カニカマ、レーズン) 味噌汁 (わかめ、玉ねぎ、えのき) しそふりかけ (207k cal) 3時 ジャコ・肝油 ハーベスト</p>	<p>3/16 未満児 チーズ はんぺんフライ 切干大根の煮物 (切干大根、あげ) スープ (パセリ、玉ねぎ、人参) ブロッコリー チェリー ごま塩 (211k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミルク サッポロポテト</p>
<p>3/19 未満児 みかん入りヨーグルト 角天の甘辛煮 高野豆腐の卵とじ (高野豆腐、卵、椎茸、人参、ねぎ) 酢の物 (春雨、しらす、きゅうり) チェリー 塩昆布 (250k cal) 3時 ジャコ・肝油 ココア たべっこ動物</p>	<p>3/20 未満児 クラッカー ミートボールの野菜あんかけ (豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、椎茸) サラダ (きゅうり、みかん缶、パイン缶) スープ (コーン、ねぎ、わかめ) ごま塩 (210k cal) 3時 ジャコ・肝油 まがりせんべい</p>	<p>3/21 春分の日 </p>	<p>3/22 未満児 豆乳 せんべい マーボー豆腐 (豆腐、ねぎ、豚肉) きゅうりの酢の物 スパゲッティサラダ (スパゲッティ、人参、きゅうり、かまぼこ) しそふりかけ (256k cal) 3時 ジャコ・肝油 フルーツヨーグルト</p>	<p>3/23 未満児 チーズ 【誕生会】 ちらし寿司 (かまぼこ、しらす、かんぴょう、人参、椎茸、いんげん、もみのり) ピーナッツ和え (ピーナッツ、ほうれん草) 澄まし汁 (豆腐、えのき、ねぎ) いちご (346k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミルク さやえんどう</p>
<p>3/26 未満児 動物ビスケット ケチャップ煮 (じゃが芋、豚肉、玉ねぎ、人参) ツナサラダ (レタス、きゅうり、人参、ツナ) スープ (キャベツ、ねぎ、ハム) 塩昆布 (211k cal) 3時 ジャコ・肝油 ミルク 胡麻ビスケット</p>	<p>3/27 未満児 みかん入りヨーグルト 【卒園祝い】 赤飯 ウインナーソテー ポテトサラダ (じゃが芋、人参、玉ねぎ、きゅうり、みかん缶) 味噌汁 (豆腐、ねぎ、わかめ) いちご パセリ (369k cal) 3時 ジャコ・肝油 マカロニきな粉</p>	<p>*「誕生会」「卒園祝い」の日は ご飯のカロリーが含まれています。 </p>		