

令和3年3月予定献立表

フレール保育園

3月の給食はそら組の子どもたちのリクエストメニューで作りました！今月に限り、日替わりメニューです。

日	曜	朝間食(乳)	献立名	3時間食	血や肉をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	月	豆乳 ビスケット	ごはん 味噌汁 鶏の照り焼き 野菜のゆかり和え	牛乳 きびだんご	味噌 厚揚げ 鶏肉 牛乳 豆腐 きな粉	米 油 古式原糖 白玉粉 もちきび 砂糖	白菜 玉ねぎ キャベツ 人参 ゆかり	だし みりん 酒 醤油 酢
2	火	豆乳 せんべい	ごはん ひじきスープ 具だくさん酢豚	牛乳 シュガー トースト	豆腐 豚肉 牛乳	米 じゃがいも 油 古式原糖 片栗粉 食パン バター 砂糖	ひじき こねぎ 玉ねぎ 人参 エリンギ ピーマン	塩 洋風だし 醤油 酢 ケチャップ
3	水	豆乳 ウエハース	鮭ちらしごはん すまし汁 鶏と春野菜のバター焼き	牛乳 3色ケーキ	鮭 豆腐 鶏肉 牛乳 卵	米 古式原糖 麩 じゃがいも バター 薄力粉 砂糖	菜の花 人参 いんげん コーン缶 ほうれん草 蓮根 さやえんどう	酢 塩 だし 醤油 ペーキングパウダー 抹茶
4	木	豆乳 クラッカー	ごはん 味噌汁 豆腐ハンバーグ 小松菜のおかか和え	牛乳 プリン	味噌 油揚げ 豆腐 鶏肉 おから かつお節 牛乳 卵	米 さつまいも 片栗粉 油 砂糖	大根 玉ねぎ トマト缶 小松菜 キャベツ 人参	だし 塩 ケチャップ 白ワイン 洋風だし 醤油 和風だし
5	金	豆乳 ビスケット	カレーライス コーンサラダ チーズ	牛乳 幼:チーズケーキ 乳:ヨーグルトケーキ	豚肉 牛乳 チーズ ヨーグルト 卵	米 じゃがいも 油 バター 薄力粉 はちみつ 古式原糖 砂糖	人参 玉ねぎ りんご にんにく キャベツ きゅうり コーン缶 レモン汁	カレー粉 赤ワイン ケチャップ ウスター 塩 酢 醤油 ペーキングパウダー
8	月	豆乳 ウエハース	ごはん 味噌汁 クープイリチー 人参しりしり	牛乳 サモサ	味噌 豚肉 ツナ缶 かつお節 牛乳 豚肉 おからパウダー	米 古式原糖 白滝 油 餃子の皮 じゃがいも	小松菜 しめじ えのき 生姜 昆布 人参 こねぎ 玉ねぎ	だし 醤油 酒 塩 カレー粉
9	火	豆乳 ビスケット	マーボー丼 かき玉わかめスープ りんごサラダ	牛乳 幼:揚げパン 乳:きな粉パン	豆腐 豚肉 味噌 卵 牛乳 きな粉	米 油 古式原糖 片栗粉 ロールパン 砂糖	にんにく 生姜 玉ねぎ わかめ キャベツ 人参 きゅうり りんご	醤油 洋風だし 塩 酢
10	水	豆乳 ビスケット	ごはん わかめスープ さばの塩こうじ焼き きんぴらごぼう	牛乳 ひまわりケーキ	さば 牛乳 豆乳	米 じゃがいも 米粉 塩こうじ 油 古式原糖	わかめ ごぼう 人参 いんげん かぼちゃ	中華だし 醤油 酒 和風だし ココア ペーキングパウダー
11	木	豆乳 せんべい	ごはん 野菜スープ 鶏つくね焼き ほうれん草のごま和え	牛乳 塩焼きそば	鶏肉 おから 豆腐 油揚げ 牛乳 豚肉	米 片栗粉 油 古式原糖 ごま 中華麺	キャベツ コーン缶 エリンギ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 ねぎ ピーマン しめじ にんにく	塩 洋風だし 醤油 酒 みりん 中華だし
12	金	豆乳 ウエハース	ごはん 味噌汁 メンチカツ ブロッコリーのマヨ和え	牛乳 あじさいゼリー	味噌 豚肉 牛乳 ヨーグルト	米 さつまいも 油 片栗粉 薄力粉 パン粉 マヨネーズ 古式原糖 砂糖	かぶ キャベツ 玉ねぎ ブロッコリー 人参 りんごジュース 寒天 ぶどうジュース	だし 塩 ソース ケチャップ 醤油
13 27		豆乳 せんべい	ロールパン コーンスープ チーズ	牛乳 菓子	牛乳 チーズ	ロールパン	コーンスープ	
15	月	豆乳 ビスケット	カツカレー わかめサラダ チーズ	牛乳 水ようかん	米 鶏肉 チーズ あんこ	米 バター 油 薄力粉 はちみつ パン粉 古式原糖 ごま	にんにく 玉ねぎ 人参 しめじ りんご キャベツ きゅうり わかめ コーン缶 寒天	カレー粉 塩 赤ワイン ケチャップ ウスター 醤油 酢
16	火	豆乳 せんべい	ごはん 豚汁 おさかなコロッケ ほうれん草の磯部和え	牛乳 味噌むしパン	豚肉 味噌 牛乳 白身魚 豆乳 おからパウダー	米 薄力粉 片栗粉 油 じゃがいも 古式原糖 バター	玉ねぎ 大根 ごぼう こねぎ 小松菜 キャベツ 人参 海苔	だし みりん 塩 醤油 和風だし ペーキングパウダー
17	水	豆乳 ウエハース	きつねうどん 豚と野菜のカレー炒め チーズ	牛乳 ぼたもち	油揚げ 豚肉 チーズ きなこ 牛乳 あんこ	うどん 古式原糖 じゃがいも もち米 米 砂糖	わかめ ねぎ 人参 エリンギ ピーマン コーン缶	だし 醤油 みりん 和風だし 塩
18	木	豆乳 クラッカー	ごはん 味噌汁 鶏肉のチーズ焼き 切干大根の煮物	牛乳 お好み焼き	味噌 豆腐 鶏肉 チーズ 油揚げ 牛乳 豚肉 かつお節	米 古式原糖 薄力粉 長いも 揚げ玉 油	なめこ わかめ 玉ねぎ 切干大根 人参 小松菜 キャベツ ねぎ 青のり	だし 醤油 みりん 酒 ソース ケチャップ

19	金	豆乳 クラッカー	ごはん 卵スープ 鶏肉のから揚げ 和風マカロニサラダ	牛乳 金魚すくい ゼリー	卵 鶏肉 かつお節 牛乳	米 片栗粉 薄力粉 油 マカロニ 砂糖 古式原糖	こねぎ 生姜 きゅうり 人参 しそ キャベツ 寒天 りんごジュース	洋風だし 醤油 塩 酒 酢 かき氷シロップ
22	月	豆乳 せんべい	味噌ラーメン かぼちゃと蓮根の炒め物 チーズ	牛乳 焼きおにぎり	豚肉 味噌 チーズ 牛乳	中華麺 ごま油 油 古式原糖 米	ほうれん草 人参 ねぎ コーン缶 かぼちゃ 蓮根 ピーマン	中華だし 味噌 醤油 みりん
23	火	豆乳 ウエハース	ロールパン クリームシチュー コールスロー	牛乳 肉まん	鶏肉 牛乳 ハム 豚肉	ロールパン バター じゃがいも 薄力粉 油 古式原糖 砂糖 片栗粉	人参 玉ねぎ しめじ ブロッコリー キャベツ きゅうり コーン缶 ねぎ	塩 洋風だし 酢 ペーキングパウダー 醤油 酒
24	水	豆乳 クラッカー	ごはん 大根汁 鮭のごま味噌焼き ひじきのいり煮	牛乳 ヨーグルトパン	鮭 味噌 油揚げ 大豆 牛乳 ヨーグルト	米 古式原糖 ごま 強力粉 砂糖 油	大根 ねぎ 生姜 ひじき 人参 ジャム	だし 醤油 塩 みりん 酒 和風だし ペーキングパウダー
25	木	豆乳 ビスケット	ごはん 味噌汁 豚肉のりんごソース ポテトサラダ	牛乳 フルーツ ポンチ	味噌 豚肉 牛乳	米 古式原糖 砂糖 はちみつ じゃがいも マヨネーズ	キャベツ かぼちゃ りんご 切干大根 生姜 玉ねぎ にんにく 人参 きゅうり レモン汁 フルーツ缶 バナナ いちご	だし 醤油 酢 塩
26	金	豆乳 せんべい	ごはん 味噌汁 クリームコロッケ フレンチサラダ	牛乳 クッキー	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳 豆乳 卵	米 じゃがいも 油 バター 薄力粉 砂糖 パン粉 古式原糖	ほうれん草 玉ねぎ コーン缶 キャベツ きゅうり 人参	だし ソース ケチャップ 塩 酢
29	月	豆乳 ウエハース	ごはん きのこスープ ミートボール 小松菜と春雨の和え物	牛乳 リング ドーナツ	豚肉 豆腐 牛乳 卵	米 片栗粉 パン粉 油 春雨 古式原糖 薄力粉 砂糖 バター 強力粉	舞茸 えのき 白菜 玉ねぎ 小松菜 人参	洋風だし 塩 醤油 酒 ケチャップ みりん ウスター りんご酢 ペーキングパウダー
30	火	豆乳 クラッカー	ごはん 味噌汁 鶏マヨネーズ焼き 白菜のおかか和え	牛乳 ぜんざい	味噌 鶏肉 麩 かつお節 牛乳 小豆 豆腐	米 マヨネーズ 砂糖 白玉粉 もち米 じゃがいも	パセリ 玉ねぎ 白菜 きゅうり 人参 こねぎ	だし 醤油
31	水	豆乳 ビスケット	ごはん すまし汁 さばの香味焼き そくせき漬け	牛乳 焼きそば	豆腐 さば 牛乳 豚肉 かつお節	米 古式原糖 油 中華麺	しめじ ほうれん草 にんにく 生姜 大根 きゅうり 人参 昆布 もやし 玉ねぎ いら	だし 塩 醤油 酒 みりん 酢 ウスター ソース

※朝間食は乳児（にじ、ほし、つき組）に提供します。
 朝間食、土曜間食は市販のおやつを提供しています。
 アレルギーについては提供前に成分表示の確認を行い必要があれば除去を行っています。
 ※昼食には麦茶、果物が出ます。※都合により献立、材料が変更になる場合があります。
 ※にじ組は満1歳を過ぎ、予めご家庭でお試しいただいてから、間食の豆乳・牛乳提供を開始します。

◀今月の行事▶
 6日：卒園式 12日：誕生会
 24日：おおきくなったねの会
 ※～19日：そら組お別れ会週間

今年度最後の月になりました。1年を振り返り、にじ組は初めの頃は離乳食を食べ、ミルクを飲んでいましたが、今ではみんなと同じご飯を食べるようになりました。ほし組は、先生に食べさせてもらうことが多かったのですが、スプーンの持ち方も上手になりました。つき組は、野菜が苦手でしたが、今では残さず全部食べられるようになりました。くも組は、幼児食に移行して量も多くなり、減らして食べる事もありましたが、今では全量完食できるようになりました。かぜ組は、スプーン、フォークで食べることが多かったのですが、今ではほとんど箸で食べられるようになりました。そら組は、会話が進んで食べるのが遅くなりがちでしたが、今では小学校への進学も意識して、時間を見ながら食べられるようになりました。どのクラスも落ち着いて食べています。毎日完食してくれてありがとうございます！
 そら組は、保育園最後の給食になります。みんながリクエストしてくれたメニューもいっぱいあるので楽しんで食べてください。

お願ひ
 新年度を迎えるにあたり、保育園で使用している箸や歯ブラシ、コップ、水筒、手拭きタオル等、清潔な状態かチェックをお願いします。

