



3月の給食献立表



平成29年2月27日
北平田保育園

日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児 午前おやつ	午後おやつ	エネルギー (以上児)
				熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)			
○	1	水	にこにこ広場 炊き込みご飯・豚肉の生姜焼き ほうれん草のお浸し・卵焼き プチトマト・みそ汁・みかん	ごはん	鶏もも肉・薄揚げ・卵 豚肩肉・豆腐・味噌 わかめ・煮干	人参・しめじ・こんにやく・玉葱 ピーマン・ほうれん草・コーン トマト・みかん	りんご	パナッパ	
	2	木	サーモン焼き・みそ汁 きもど入りごま和え みそ汁・いよかん	さつま芋・砂糖 すりごま	鮭・イカ・味噌 わかめ・煮干	キャベツ・きゅうり・もやし あさつき・いよかん	スティック野菜	ヨーグルト	E208 F4.0 P16.6食塩2.3
○	3	金	ひなまつり もちつき会 もち(あんこ・きな粉・納豆) 肉汁(未満児:肉うどん) お浸し・いちご	もち・黒砂糖 未満児:うどん	豚もも肉・厚揚げ きな粉・あずき 納豆・未満児:卵	つきこん・ごぼう・葱・もやし 人参・きゅうり・ほうれん草 いちご	野菜ジュース	ひなあられ カルピス	
	4	土	すき焼き風煮・牛乳・バナナ	砂糖・油	豚肩肉・牛乳 豆腐	白菜・玉葱・人参・しらたき 葱・椎茸・バナナ		お菓子 牛乳	E374 F18.3 P14.1食塩1.2
	6	月	マカロニグラタン・のり佃煮 大根サラダ・みそ汁 オレンジ	マカロニ・バター パン粉・小麦粉 ごま油・砂糖	鶏もも肉・エビ 粉チーズ・豆腐 のり・味噌・煮干	玉葱・しめじ・パプリカ・大根 きゅうり・人参・コーン・えのき 小松菜・オレンジ	プリン	源氏パイ 牛乳	E405 F13.2 P17.7食塩3.4
	7	火	集金 赤魚の甘辛揚げ 切干大根煮・みそ汁 バナナ	片栗粉・油・砂糖	赤魚・薄揚げ 昆布・味噌 煮干	切干大根・人参・椎茸 チンゲン菜・バナナ	いよかん	★おひるねウインナー 牛乳	E398 F13.8 P17.0食塩2.5
○	8	水	誕生会 五目ラーメン・フルーツポンチ	中華麺・砂糖	豚もも肉・うずら卵	ほうれん草・人参・メンマ・葱 生姜・にんにく・バナナ・みかん 白桃缶・パン缶・いちご	ぶどうジュース	★ケーキ 麦茶	E584 F14.5 P25.0食塩4.9
	9	木	鶏の唐揚げ・味付けのり スパゲティソテー ふわふわスープ・いよかん	片栗粉・油 スパゲティ パン粉	鶏もも肉・ハム 味付けのり・卵 ベーコン・粉チーズ	生姜・玉葱・ピーマン・人参 キャベツ・いよかん	りんご	★二色ゼリー	E353 F12.9 P19.3食塩1.7
	10	金	クリームシチュー・ふりかけ ツナサラダ・野菜ジュース バナナ	じゃが芋 砂糖・油 バター	鶏もも肉・牛乳 ツナ・わかめ	玉葱・人参・しめじ・キャベツ きゅうり・野菜ジュース	かぼちの甘煮 麦茶	ヨーグルト	E285 F10.5 P15.0食塩2.1
	11	土	豚丼風・牛乳・デコポン	砂糖	豚肩肉・牛乳	玉葱・しらたき・人参・椎茸 生姜・バナナ		お菓子 牛乳	E339 F14.4 P12.9食塩0.8
	13	月	筑前煮・三色和え チーズ納豆・みそ汁 バナナ	油・砂糖	鶏もも肉・さば節 納豆・チーズ・味噌 厚揚げ・煮干	大根・人参・こんにやく・たけのこ ごぼう・椎茸・いんげん・もやし キャベツ・きゅうり・小松菜・バナナ	マンナビスケット 麦茶	まがりせんべい ☆りんごジュース	E246 F14.0 P19.0食塩2.0
○	14	火	お別れ会 パン・マカロニサラダ エビフライ・ミックスキャベツ ゼリー	パン・油・パン粉 薄力粉・マカロニ マヨネーズ・ゼリー	エビ・卵・カニカマ ツナ・ベーコン 牛乳	キャベツ・人参・きゅうり・玉葱 ほうれん草・コーン	デコポン	★フルーツパフェ	
	15	水	バス代振替日 ウインナーの味噌炒め ブロッコリー・キャベツスープ オレンジ	じゃが芋・ごま油 油・マヨネーズ	ウインナー 味噌	ピーマン・ブロッコリー トマト・キャベツ・玉葱・人参 コーン・オレンジ	バナナ	★麦飯おにぎり 麦茶	E482 F25.6 P15.2食塩2.5
	16	木	ヒレカツ・パスタサラダ みそ汁・デコポン	薄力粉・パン粉 油・マカロニ マヨネーズ	豚ヒレ肉・卵・ツナ 豆腐・味噌・煮干	きゅうり・人参・コーン キャベツ・チンゲン菜 デコポン	スティック野菜	★黒糖蒸しパン 牛乳	E446 F17.7 P23.0食塩2.0
	17	金	たらのマヨネーズ焼き ひじき煮・かきたま汁 バナナ	マヨネーズ・油 片栗粉 砂糖	たら・粉チーズ 大豆・ひじき・卵 厚揚げ・煮干	玉葱・パプリカ・ピーマン・人参 しらたき・いんげん・しめじ ほうれん草・バナナ	オレンジ	ヨーグルト	E323 F16.0 P18.2食塩2.0
	18	土	豚汁・ふりかけ・牛乳・デコポン	じゃが芋	豚肩肉・厚揚げ 煮干・味噌・牛乳	人参・ごぼう・しめじ・つきこん 葱・デコポン		お菓子 牛乳	E375 F16.8 P17.8食塩1.8
	21	火	チキン竜田・伴三絲 みそ汁・オレンジ	片栗粉・油 ごま油 春雨	鶏もも肉・卵 ハム・厚揚げ 味噌・煮干	生姜・きゅうり・人参・キャベツ オレンジ	バナナ	味噌パン 牛乳	E430 F21.8 P20.3食塩2.1
	22	水	卒園式総練習 ハンバーグ・フライドポテト ミックスキャベツ わかめスープ・いちご	パン粉・油 炒りごま じゃが芋	豚ひき肉・チーズ 卵・わかめ	玉葱・人参・コーン・キャベツ えのき・葱・いちご	みかんジュース	★フルーツゼリーポンチ	E438 F26.7 P16.2食塩1.9
	23	木	ブリ照り焼き お浸し・すまし汁 デコポン	焼麩	ブリ・豆腐・昆布 さば節	もやし・ほうれん草・人参 えのき・デコポン	粉ふきいも 麦茶	★ピザトースト 牛乳	E349 F14.0 P20.4食塩1.7
	24	金	シーフードカレー・牛乳 ブロッコリーサラダ バナナ	じゃが芋・油 バター	エビ・イカ・ハム 牛乳	人参・玉葱・にんにく・コーン ブロッコリー・バナナ		お菓子 牛乳	E407 F15.5 P18.4食塩2.5
	25	土	卒園式 お祝いの赤飯	もち米	あずき				
	27	月	希望保育 親子煮・みそ汁 ドレッシングサラダ バナナ	砂糖・油	鶏もも肉・卵・昆布 かまぼこ・わかめ 豆腐・味噌・煮干	玉葱・人参・椎茸・キャベツ きゅうり・みかん缶・パン缶 バナナ	ヤクルト	ぱりんこ ☆ヤクルト	E345 F14.2 P20.1食塩2.7
	28	火	鶏肉のごま煮 菜の花和え・中華スープ オレンジ	炒りごま・ごま油 砂糖・マヨネーズ	鶏もも肉・昆布 豆腐・わかめ うずら卵	こんにやく・大根・人参・もやし アスパラ菜・ほうれん草 もやし・葱・オレンジ	バナナ	プリン	E331 F17.1 P15.3食塩1.4
	29	水	麻婆豆腐・おかか和え わかめスープ バナナ	砂糖・片栗粉 炒りごま	豆腐・豚ひき肉 味噌・わかめ かつお節・エビ	葱・人参・椎茸・生姜・にんにく ほうれん草・キャベツ・えのき バナナ	星たべよ 麦茶	パウムクーヘン 牛乳	E394 F18.0 P23.4食塩3.2
	30	木	肉じゃがカレー風味 フレンチサラダ・みそ汁 デコポン	じゃが芋・油	豚もも肉・昆布 厚揚げ・味噌 ハム・煮干	玉葱・人参・しめじ・つきこん キャベツ・きゅうり・もやし デコポン	ももゼリー	ベジたべる 牛乳	E324 F17.8 P19.7食塩2.5
	31	金	ブラウンシチュー コールスロー・ふりかけ 牛乳・バナナ	じゃが芋・油 バター	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム しめじ・キャベツ・きゅうり コーン・バナナ	オレンジ	ヨーグルト	E428 F21.4 P18.9食塩2.1

○お弁当のいない日

※発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。ご了承ください。

★手作りおやつの日
☆未満児牛乳