



3月幼児食予定献立表



平成30年

西原白百合保育園

日	曜日	朝おやつ	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	木	クラッカー	ひじき入りミートスパゲティ 果物 コールスローサラダ オニオンスープ	昆布おにぎり 焼ちくわ	合挽き 昆布 ひじき ちくわ	スパゲティ 白米	玉ねぎ 人参 果物 ピーマン キャベツ 胡瓜 かいわれ コーン トマト	
2	金	ひなあられ	ちらし寿司 から揚げチキン 果物 ブロッコリーサラダ ゆし豆腐	ホットケーキ ヤクルトジョア	卵 鶏肉 ゆし豆腐 卵 牛乳	白米	人参 きぬぎや ねぎ 椎茸 果物 れんこん ブロッコリー	
3	土	ビスコ	フーチバージュシー 和え物 果物 鶏汁	タンナファクルー レーズン 牛乳	ツナ缶 ひじき しらす 鶏肉 牛乳	白米 こんにやく タンナファクルー	人参 よもぎ 胡瓜 冬瓜 ねぎ コーン	
5	月	チョコウエ ハース	コーンごはん ポテトミート焼き 果物 ほうれん草の和え物 豆腐のみそ汁	くずもち カルビス	合挽き 絹豆腐 チーズ 牛乳 きなこ	白米 じゃが芋 芋くず	玉ねぎ セロリ 人参 ほうれん草 えのき コーン ねぎ 果物	
6	火	ヨーグルト	あわご飯 鮭のオーロラソース焼き 果物 豚バラ大根 白菜のみそ汁	芋天ぷら 牛乳	鮭 卵 油揚げ 牛乳	白米 あわ さつま芋	トマト 大根 人参 にはら 白菜 ねぎ 果物	
7	水	せんべい	ご飯 ホワイトシチュー 果物 サラダ 卵やき	アメリカンドック 牛乳	鶏肉 大豆 牛乳 卵 ウインナー	じゃが芋 白米	玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 グリンピース 果物 コーン	
8	木	レーズン	お別れバイキング	パースディケーキ 野菜ジュース				
9	金	はちや棒	ご飯 魚フライのタルタルソースかけ 果物 小松菜の白和え なめこ汁	プリン クラッカー	白身魚 卵 木綿豆腐 プリン ツナ缶	白米 クラッカー	玉ねぎ 小松菜 人参 えのき なめこ ねぎ 果物	
10	土	小魚	豚肉の生姜焼き丼 和え物 果物 ワカメのみそ汁	かりんとう ブルー 牛乳	豚肉 ちくわ 牛乳 わかめ	白米 かりんとう	玉ねぎ 人参 胡瓜 ねぎ いんげん 果物	
12	月	ごまウエ ハース	麦ご飯 ユーリンチー 果物 ナムル 春雨スープ	お好み焼き 牛乳	鶏肉 ツナ缶 ウインナー 卵 牛乳	白米 押し麦 春雨	長ネギ もやし 人参 ほうれん草 果物 白菜 キャベツ コーン 玉ねぎ	
13	火	グレープゼ リー	玄米ご飯 白身魚のマヨチーズ焼き 果物 きんぴらごぼう 小松菜のみそ汁	ジャムサンド 牛乳	白身魚 ツキアゲ チーズ 牛乳	白米 こんにやく 玄米 パン	人参 ブロッコリー しめじ ねぎ にはら 小松菜 ごぼう 果物	
14	水	果汁	大根チキンカレーライス ごぼうサラダ 果物 卵スープ	ココアマシュマロ おこし 牛乳	鶏肉 ツナ缶 牛乳 卵 ツキアゲ	白米 オートミール マシュマロ コーンフレーク じゃが芋	玉ねぎ 人参 大根 グリンピース 果物 ねぎ コーン ごぼう	
15	木	かりんとう	ゆかりご飯 サバのカレー焼き 果物 肉じゃが みそ汁	ちびん 牛乳	サバ 豚肉 絹豆腐 牛乳	白米 しらたき じゃが芋	ブロッコリー 玉ねぎ グリンピース 人参 大根 ねぎ 果物	
16	金	黒棒	三枚肉そば 生酢 果物 金時豆の甘煮	ジュシー おにぎり 枝豆	三枚肉 かまぼこ ツナ缶 ひじき 金時豆 枝豆	白米 沖縄そば	ねぎ 胡瓜 大根 人参 にはら 果物	
17	土	チーズ	チキンライス スパサラダ 果物 オニオンスープ	ミニドーナツ レーズン 牛乳	鶏肉 牛乳 ハム	白米 ドーナツ サラスパ	玉ねぎ 人参 パセリ 胡瓜 グリンピース コーン 果物	
19	月	クラッカー	ご飯 キャベツ入りミートボール 果物 ポテトサラダ ホウレン草のみそ汁	小倉蒸しパン ヤクルト	豚ミンチ 卵 小倉あん	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 胡瓜 ねぎ ブロッコリー 果物 ホウレン草	
20	火	タンナファ クルー	チーズバーガー 果物 野菜サラダ コンソメスープ	青菜しらす おにぎり スルメ	合挽き 卵 スルメ チーズ しらす	白米 パン	玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 コーン パセリ 果物	
22	水	シーカー サーゼリー	ご飯 レバーのから揚げ マカロニサラダ フルーツカクテル 豆腐のみそ汁	チョコチップ ケーキ 牛乳	豚レバー 卵 牛乳 絹豆腐 豆乳	白米 マカロニ チョコ	ブロッコリー 胡瓜 人参 しめじ ねぎ 果物	
23	金	はちや棒	ご飯 サバの味噌煮 果物 ひじき炒め ソーメン汁	フレンチトースト 牛乳	サバ ひじき 豚肉 枝豆 牛乳 卵	白米 ソーメン しらたき パン	大根 青しそ 人参 ねぎ 果物	
24	土	せんべい	卒園式 (在園児お弁当)					
26	月	ヨーグルト	焼きそば 胡瓜の和え物 果物 アーサ汁	鮭おにぎり 牛乳	豚肉 ちくわ 鮭 アーサ 木綿豆腐 牛乳	中華麺 白米	玉ねぎ 人参 キャベツ ピーマン 胡瓜 果物	
27	火	ヤクルト	ご飯 はんぺんチーズフライ 果物 春雨サラダ みそ汁	ぜんざい せんべい	はんぺん 卵 チーズ ハム ワカメ 金時豆	白米 押し麦 春雨 せんべい	ブロッコリー 人参 果物 南瓜 ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 コーン	
28	水	オレンジゼ リー	ご飯 魚の西京焼 果物 クービーリチー ゆし豆腐	芋かりんとう 牛乳	メカジキ 豚肉 昆布 牛乳 ゆし豆腐	白米 こんにやく さつま芋	トマト 切干大根 果物 にはら 人参 ねぎ	
29	木	小魚	タコライス 南瓜の煮物 ヨーグルトあえ もずくスープ	ちんすこう りんご 牛乳	合挽 牛乳 もずく チーズ ヨーグルト	白米 ちんすこう	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス トマト 南瓜 ねぎ 果物	

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 3月21日(水)春分の日でお休みです。

※ 3月30日(金)・31日(土)は新年度準備のため給食はありません。

