

# 2021年

# 3月献立表

## 服部みどり幼稚園

1日(月)		2日(火)		3日(水)		4日(木)		5日(金)	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
① ごはん(かつおふりかけ) ② イカフライ ③ ケチャップ炒め ④ 茄子の煮浸し ⑤ 杏仁豆腐	① 白米 ② イカ・小麦 キャベツ・玉葱・人参・ ③ ビーマン・ケチャップ ④ 茄子 ⑤ 砂糖・クリームパウダー(乳)	① ごはん(かつおふりかけ) ② ごまササミカツ ③ ポークビーンズ ④ 三角チーズポテトフライ ⑤ キャベツとツナのサラダ ⑥ パイン缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ごま ③ 豚肉 大豆 玉ねぎ 枝豆 ④ ジャガイモ 乳成分 ⑤ キャベツ 人参 ツナ コーン ⑥ パイン	① ごはん(ゆかり) ② ハンバーグ ③ 豚肉と野菜のみぞれ煮 ④ 筑前煮 ⑤ 星型ポテト ⑥ 紅白団子	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 玉ねぎ ③ 豚肉 白菜 大根 コーン ④ 鶏肉 いんげん れんこん ちくわ(魚肉) ⑤ ジャガイモ ⑥ 上新粉 小豆 寒天 乳成分 白いんげん豆			① カレーライス ② オレンジゼリー	① 豚肉 人参 ジャガイモ 玉葱 チーズ 白米 発芽玄米 ② 柑橘果汁 水飴
エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 炭水化物 g 食塩相当量 g		エネルギー 421 kcal たんぱく質 12.8 g 脂質 11.2 g 炭水化物 65.4 g 食塩相当量 1 g		エネルギー 420 kcal たんぱく質 11.8 g 脂質 7.9 g 炭水化物 72.5 g 食塩相当量 1.6 g				エネルギー 516 kcal たんぱく質 11.5 g 脂質 10.3 g 炭水化物 91.4 g 食塩相当量 2.3 g	※スプーンを お持たせください
8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
① ごはん(かつおふりかけ) ② カレーコロッケ ③ インゲンソテー ④ マカロニサラダ ⑤ プチビスケット	① 白米 ジャがいも・玉葱・小麦粉・カレー粉・ 衣(パン粉・小麦粉)・ ② 一部に大豆を含む ③ インゲン・玉葱 ・シエルマカロニ(小麦) ・ミックスベジタブル ④ (人参・コーン・グリーンピース)・マヨネーズ ⑤ 小麦粉・ショートニング	① ごはん(ゆかり) ② チキンカツ ③ 豚すき煮 ④ 厚揚げの煮付 ⑤ 紅白なます ⑥ 赤かぶかまぼこ ⑦ りんご缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 卵成分 乳成分 ③ 豚肉 玉ねぎ 糸こんにゃく えのき 青ねぎ ④ 豆乳 ⑤ 大根 人参 ⑥ 魚肉 ほうれん草 ⑦ りんご	① ごはん(たまごふりかけ) ② 牛肉コロッケ ③ 八宝菜 ④ パンパンジーサラダ ⑤ 花形がんもの煮付 ⑥ ヤングコーンの煮付 ⑦ もも缶	① 白米 発芽玄米 ② ジャガイモ 牛肉 玉ねぎ 乳成分 ③ 白菜 人参 豚肉 イカ きくらげ ④ 鶏肉 もやし 胡瓜 ⑤ 豆乳 おから ⑥ ヤングコーン ⑦ もも			① ごはん(ゆかり) ② カレイの唐揚げ ③ 金平れんこん ④ 野菜とあげのカレー煮 ⑤ さつまいもの甘煮 ⑥ コイン人参の煮付 ⑦ みかん缶	① 白米 発芽玄米 ② カレイ 唐揚げ粉(乳成分) ③ れんこん ちくわ(魚肉) 絹さや ④ 小松菜 あげ 豚肉 白ねぎ ⑤ さつまいも ⑥ 人参 ⑦ みかん
エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 炭水化物 g 食塩相当量 g		エネルギー 399 kcal たんぱく質 12.5 g 脂質 8.0 g 炭水化物 67.7 g 食塩相当量 1.8 g		エネルギー 405 kcal たんぱく質 10.7 g 脂質 10.1 g 炭水化物 65.9 g 食塩相当量 1.3 g				エネルギー 433 kcal たんぱく質 14 g 脂質 9.8 g 炭水化物 70 g 食塩相当量 1.8 g	
15日(月)		16日(火)		17日(水)		<h3>一年を振り返ってみよう!</h3> <p>だんだんと暖かい日が増えてきて、春らしい季節になってきました。</p> <p>皆さん、この一年間は どうでしたか？</p> <p>苦手な献立も残さず食べることはできましたか？</p> <p>来月からは新学期です！これからも好き嫌いをなくもりもり食べて 元気で健康な身体をつくりましょう。</p> <p>〈給食業者〉 月：ナフス南(株) 火水金：(株)万福</p>			
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名				
① ごはん(かつおふりかけ) ② 焼肉風 ③ 揚げキョーザ ④ 黄桃缶	① 白米 ② 豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ ビーマン・焼肉のタレ ③ 小麦粉・キャベツ・玉葱・豆腐・ にら・カキエキス ④ 黄桃	① ごはん(かつおふりかけ) ② 牛肉とじゃが芋の甘辛炒め ③ 根菜入りハンバーグ ④ ポパイソテー ⑤ ポークウィンナー ⑥ カレーボール ⑦ パイン缶	① 白米 発芽玄米 ② 牛肉 ジャガイモ いんげん ③ 鶏肉 豚肉 玉ねぎ れんこん 牛肉 ごぼう 人参 乳成分 ④ ほうれん草 しめじ 玉ねぎ ツナ ⑤ 豚肉 ⑥ 魚肉 人参 玉ねぎ 乳成分 ⑦ パイン	① ごはん(さけふりかけ) ② 鶏の唐揚げ ③ 豚肉とさめめのチャプチェ ④ 野菜の煮付 ⑤ 大学南瓜 ⑥ 人参かまぼこ ⑦ 杏仁豆腐	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ③ はるさめ 玉ねぎ 豚肉 ビーマン 焼肉のタレ ④ 小松菜 あげ 干しいたけ こんにゃく ⑤ 南瓜 ⑥ 魚肉 人参 ほうれん草 ⑦ マンゴー 乳成分 卵成分 とうもろこし 寒天				
エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 炭水化物 g 食塩相当量 g		エネルギー 407 kcal たんぱく質 11.1 g 脂質 8.8 g 炭水化物 68.3 g 食塩相当量 1.9 g		エネルギー 449 kcal たんぱく質 12.1 g 脂質 12.1 g 炭水化物 70.8 g 食塩相当量 1.3 g					

※魚に関しましては、噛み砕ける程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。

尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承下さい。

