

# 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
① ごはん(かつおふりかけ)	① 白米	① ごはん(かつおふりかけ)	① 白米 発芽玄米	① ごはん(ゆかり)	① 白米 発芽玄米			① カレーライス	① 豚肉 人参 ジャが芋 玉葱
② イカフライ	② イカ・小麦	② ごまササミカツ	② 鶏肉 ごま	② ハンバーグ	② 鶏肉 玉ねぎ			② オレンジゼリー	チーズ 白米 発芽玄米
③ ケチャップ炒め	キャベツ・玉葱・人参・	③ ポークビーンズ	③ 豚肉 大豆 玉ねぎ 枝豆	③ 豚肉と野菜のみぞれ煮	③ 豚肉 白菜 大根 コーン				② 柑橘果汁 水飴
④ 茄子の煮浸し	③ ビーマン・ケチャップ	④ 三角チーズポテトフライ	④ ジャが芋 乳成分	④ 筑前煮	④ 鶏肉 いんげん れんこん ちくわ(魚肉)				
⑤ 杏仁豆腐	④ 茄子	⑤ キャベツとツナのサラダ	⑤ キャベツ 人参 ツナ コーン	⑤ 星型ポテト	⑤ ジャが芋				
	⑤ 砂糖・クリームパウダー(乳)	⑥ バイン缶	⑥ バイン	⑥ 紅白団子	⑥ 上新粉 小豆 寒天 乳成分 白いんげん豆				
エネルギー	kcal	エネルギー	421 kcal	エネルギー	420 kcal			エネルギー	516 kcal
たんぱく質	g	たんぱく質	12.8 g	たんぱく質	11.8 g			たんぱく質	11.5 g
脂質	g	脂質	11.2 g	脂質	7.9 g			脂質	10.3 g
炭水化物	g	炭水化物	65.4 g	炭水化物	72.5 g			炭水化物	91.4 g
食塩相当量	g	食塩相当量	1 g	食塩相当量	1.6 g			食塩相当量	2.3 g
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
① ごはん(かつおふりかけ)	① 白米	① ごはん(ゆかり)	① 白米 発芽玄米	① ごはん(たまごふりかけ)	① 白米 発芽玄米			① ごはん(ゆかり)	① 白米 発芽玄米
② カレーコロッケ	ジャがいも・玉葱・小麦粉・カレー粉・	② チキンカツ	② 鶏肉 卵成分 乳成分	② 牛肉コロッケ	② ジャが芋 牛肉 玉ねぎ 乳成分			② カレイの唐揚げ	② カレイ 唐揚げ粉(乳成分)
③ インゲンソテー	衣(パン粉・小麦粉)・	③ 豚すき煮	③ 豚肉 玉ねぎ 糸こんにゃく	③ 八宝菜	③ 白菜 人参 豚肉			③ 金平れんこん	③ れんこん ちくわ(魚肉) 絹さや
④ マカロニサラダ	② 一部に大豆を含む	④ 厚揚げの煮付	えのき 青ねぎ	④ パンパンジーサラダ	イカ きくらげ			④ 野菜とあげのカレー煮	④ 小松菜 あげ 豚肉 白ねぎ
⑤ プチビスケット	③ インゲン・玉葱	⑤ 紅白なます	④ 豆乳	⑤ 花形がんもの煮付	④ 鶏肉 もやし 胡瓜			⑤ さつま芋の甘煮	⑤ さつま芋
	・シエルマカロニ(小麦)	⑥ 赤かぶかまぼこ	⑤ 大根 人参	⑥ ヤングコーンの煮付	⑤ 豆乳 おから			⑥ コイン人参の煮付	⑥ 人参
	・ミックスベジタブル	⑦ りんご缶	⑥ 魚肉 ほうれん草	⑦ もも缶	⑥ ヤングコーン			⑦ みかん缶	⑦ みかん
エネルギー	kcal	エネルギー	399 kcal	エネルギー	405 kcal			エネルギー	433 kcal
たんぱく質	g	たんぱく質	12.5 g	たんぱく質	10.7 g			たんぱく質	14 g
脂質	g	脂質	8.0 g	脂質	10.1 g			脂質	9.8 g
炭水化物	g	炭水化物	67.7 g	炭水化物	65.9 g			炭水化物	70 g
食塩相当量	g	食塩相当量	1.8 g	食塩相当量	1.3 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</p> <p>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)	① 白米	① ごはん(かつおふりかけ)	① 白米 発芽玄米	① ごはん(さけふりかけ)	① 白米 発芽玄米				
② 焼肉風	② 豚肉・キャベツ・玉葱・人参・	② 牛肉とじゃが芋の甘辛炒め	② 牛肉 ジャが芋 いんげん	② 鶏の唐揚げ	② 鶏肉				
③ 揚げギョーザ	ビーマン・焼肉のタレ	③ 根菜入りハンバーグ	③ 鶏肉 豚肉 玉ねぎ れんこん	③ 豚肉とさめめのチャブチ	③ はるさめ 玉ねぎ 豚肉				
④ 黄桃缶	③ 小麦粉・キャベツ・玉葱・豆腐・	④ ポパイソテー	牛肉 ごぼう 人参 乳成分	④ 野菜の煮付	ビーマン 焼肉のタレ				
	にら・カキエキス	⑤ ポークウィンナー	④ ほうれん草 しめじ 玉ねぎ ツナ	⑤ 大学南瓜	④ 小松菜 あげ 干しいたけ こんにゃく				
	④ 黄桃	⑥ カレーボール	⑤ 豚肉	⑥ 人参かまぼこ	⑤ 南瓜				
		⑦ バイン缶	⑥ 魚肉 人参 玉ねぎ 乳成分	⑦ 杏仁豆腐	⑥ 魚肉 人参 ほうれん草				
エネルギー	kcal	エネルギー	407 kcal	エネルギー	449 kcal				
たんぱく質	g	たんぱく質	11.1 g	たんぱく質	12.1 g				
脂質	g	脂質	8.8 g	脂質	12.1 g				
炭水化物	g	炭水化物	68.3 g	炭水化物	70.8 g				
食塩相当量	g	食塩相当量	1.9 g	食塩相当量	1.3 g				

※魚に関しては、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。

