

2024年

3月

## 給食献立表

くりくま保育園

|    |   | 給食                                     | 材料  | りす〜ぞうぐみ<br>おやつ<br>(材料)                          | ひよこぐみ<br>おやつ<br>(材料)                         |
|----|---|--|---|---|--|
| 1  | 金 | ちらし寿司<br>金時豆煮<br>豆腐のすまし汁               | 白米 鮭 ちりめんじゃこ 蓮根 干し椎茸 絹さや 焼きのり 昆布<br>米酢 砂糖 醤油 塩<br>金時豆 砂糖 醤油 みりん<br>豆腐 わかめ 菜の花 油揚げ 大根 人参 削り節 | 牛乳<br>三色団子<br>いちご                               | 蒸し芋<br>(さつま芋)<br>いちご                         |
|    | 金 | 15<br>鮭ごはん<br>金時豆煮<br>豚汁               | 白米 鮭 塩<br>金時豆 砂糖 醤油 みりん<br>豚肉 豆腐 大根 キャベツ ごぼう こんにゃく さつま芋 青ねぎ<br>削り節 味噌                       | 牛乳<br>みたらし団子                                    | 蒸し芋<br>(さつま芋)<br>いちご                         |
| 2  | 土 | 16<br>ごはん<br>鶏肉と白菜の煮物<br>ブロッコリーの土佐和え   | 白米<br>鶏肉 白菜 長ねぎ 油揚げ 生椎茸 こんにゃく 削り節 醤油<br>ブロッコリー かつお節 醤油                                      | 牛乳<br>きらす揚げ<br>ミニゼリー                            | 2日蒸しかぼちゃ<br>(かぼちゃ)<br>16日さくっとあられ<br>干しブルーベリー |
| 4  | 月 | 18<br>ごはん<br>麻婆豆腐<br>わかめの酢の物           | 白米<br>牛肉 豆腐 人参 玉葱 にんにく 土生姜 青ねぎ 砂糖 醤油<br>味噌 片栗粉 菜種油<br>わかめ 春キャベツ 胡瓜 長芋 酢 さとう 醤油              | 牛乳<br>米粉蒸しパン<br>(米粉 B.P 砂糖 豆乳<br>太白胡麻油 プルーン 米酢) | 人参おにぎり<br>(白米 人参 塩)<br>りんご                   |
| 5  | 火 | 19<br>ごはん<br>鶏肉の香り焼き<br>ポテトサラダ         | 白米<br>鶏肉 にんにく 醤油 みりん 土生姜<br>じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 塩 コショウ 米酢 砂糖 オリブ油                                 | 牛乳<br>かぼちゃクッキー<br>(かぼちゃ 薄力粉 砂糖 バター)             | きんとん<br>(さつま芋 長芋)<br>むらさき芋せんべい               |
| 6  | 水 | ごはん<br>干切大根の煮物<br>干草和え                 | 白米<br>豚肉 干切大根 人参 玉葱 油揚げ 三度豆 干し椎茸 削り節 醤油 砂糖 みりん<br>小松菜 もやし えのき 醤油                            | 牛乳<br>豆腐団子<br>(豆腐 白玉粉 上新粉<br>砂糖 きな粉)            | 蓮根のお焼き<br>(蓮根 塩 片栗粉 菜種油)<br>いちご              |
| 7  | 木 | 21<br>ごはん<br>鯖の塩焼き<br>添え野菜<br>春野菜のきんぴら | 白米<br>鯖 塩<br>春キャベツ<br>じゃが芋 人参 ごぼう なら こんにゃく 砂糖 醤油 みりん 菜種油                                    | 牛乳<br>芋かりんとう<br>季節のみかん                          | じゃが芋もち<br>(じゃが芋 塩 片栗粉)<br>季節のみかん             |
| 8  | 金 | 22<br>ちゃんぽんそば<br>さつま芋の昆布煮              | 中華種 豚肉 人参 玉葱 白菜 もやし なら 青ねぎ 削り節<br>塩 コショウ 醤油 胡麻油<br>さつま芋 刻み昆布 削り節 醤油 みりん                     | お茶<br>ゆかりおにぎり<br>(白米 ゆかり 塩 焼きのり)<br>返りちりめん      | 青菜おにぎり<br>(白米 青菜 塩)<br>干しブルーベリー              |
| 9  | 土 | 23<br>ごはん<br>ポトフ<br>なばなのお浸し            | 白米<br>牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 かぶ キャベツ 削り節 醤油 塩 コショウ<br>なばな しめじ 削り節 醤油                                 | 牛乳<br>つぶせんべい<br>りんご                             | ベビースティック<br>りんご                              |
| 11 | 月 | 25<br>ごはん<br>豚肉のパン粉焼き<br>白和え           | 白米<br>豚肉 薄力粉 パン粉 卵 バセリ 塩 コショウ 菜種油<br>小松菜 豆腐 さつま芋 こんにゃく 砂糖 醤油 白味噌                            | お茶<br>ヨーグルト<br>玄米ほんぼー                           | 大根団子<br>(大根 上新粉)<br>いちご                      |
| 12 | 火 | 26<br>ごはん<br>鶏のから揚げ<br>添え野菜<br>カラフルサラダ | 白米<br>鶏肉 醤油 塩 コショウ 片栗粉 にんにく 菜種油<br>ブロッコリー<br>さつま芋 かぼちゃ 人参 カリフラワー 米酢 砂糖 塩 コショウ オリブ油          | 牛乳<br>12日お楽しみクッキー<br>26日恐竜クッキー<br>季節のみかん        | アップルポテト<br>(さつま芋 りんご)<br>さくっとあられ             |
| 13 | 水 | 27<br>ごはん<br>鯖のオープン焼き<br>かぶの煮浸し        | 白米<br>鯖 しめじ えのき 玉葱 醤油 みりん バター<br>かぶ かぶの葉 人参 厚揚げ 削り節 醤油                                      | 牛乳<br>焼き芋<br>(さつま芋)<br>干しブルーベリー                 | 蒸しかぼちゃ<br>(かぼちゃ)<br>干しブルーベリー                 |
| 14 | 木 | 28<br>ごはん<br>あらめ煮<br>白菜の胡麻和え           | 白米<br>牛肉 あらめ 人参 玉葱 油揚げ 干し椎茸 絹さや 削り節 砂糖 醤油 みりん<br>白菜 白胡麻 砂糖 醤油                               | 牛乳<br>手作りパン<br>(薄力粉 砂糖 菜種油<br>ドライイースト 塩)        | かるかん<br>(長芋 上新粉)<br>季節のみかん                   |

## 12日はお別れ会をします！

ぞうさんに給食とおやつの食べたいリクエストを聞き、ぞうさんの好きがいっぱい詰まった献立になっています。

1番人気は、やっぱり唐揚げでした！！

鮭ご飯も次いでの人気でした。鮭の皮をパリパリに焼いたのも子どもたちは大好物です！！

残り少ない給食だけど、お友達と楽しんでたくさん食べてね☆