

3. こんだてひょう 3.

令和6年度

日曜	献立	材料	おやつ	材料	日曜	献立	材料	おやつ	材料
1 土	スパゲティミートソース	スパゲティ・牛挽き肉・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・小麦粉	牛乳	普通牛乳	17 月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	大根サラダ	大根・貝割れ大根・ツナ・酢・油・塩	ねじりん棒	◆ゼリーフライ		じゃが芋・おから・玉葱・人参・卵・小麦粉・塩・コショウ・ソース・ケチャップ	バナナヨーグルト	バナナ・ヨーグルト・三温糖	
	スープ	さつま芋・コンシ・わかめ・コンソメ・醤油・塩		きゅうりの昆布和え		きゅうり・大根・わかめ・塩昆布・醤油			
	フルーツ	バナナ		切干大根の煮物		切干大根・椎茸・人参・クリンビス・だし・醤油・三温糖			
☆ひなまつりメニュー☆									
3 月	ちらし寿司	米・強化米・しらす・人参・さやえんどう・卵・でんぶ・酢・塩	カルピス牛乳	カルピス・普通牛乳	18 火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	鮭の塩焼き	鮭・塩	ひなまつりあられ	フライドチキン		鶏肉・卵・片栗粉・醤油・ごま油	鉄カルウエハース		
	筍の煮物	筍・椎茸・油揚げ・わかめ・だし・醤油・三温糖	紫いもチップ	マカロニサラダ		マカロニ・人参・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩・コショウ			
	あさりのすまし汁	あさり・えのき・みつ葉・鰹節・昆布・醤油・塩		すまし汁		大根・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩			
デザート	ゼリー			フルーツ	オレンジ				
4 火	ウインナーの卵とじ	米・強化米	牛乳	普通牛乳	お弁当日				
	梅マヨ和え	卵・ウインナー・玉葱・キャベツ・ピーマン・塩・コショウ	スライスチーズ	チーズ	21 金	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	チャジャヨー	きゅうり・えのき・かまぼこ・梅干・マヨネーズ		鱈の煮付け		鱈・生姜・醤油・三温糖	マシュマロクリスピー	マシュマロ・バター	
	みそ汁	生春巻きの皮・豚挽肉・桜比呂・玉葱・人参・醤油・三温糖・酢・塩		刻み昆布の煮物		豚肉・刻み昆布・蓮根・ピーマン・醤油・三温糖	コーンフレーク	コーンフレーク	
	大根・人参・葱・煮干・みそ		ひじき納豆	納豆・ひじき・のり・醤油・ごま油					
☆お誕生日会メニュー☆									
5 水	チャーハン	米・強化米・豚挽肉・玉葱・人参・ピーマン・卵	牛乳	普通牛乳	22 土	きのこスパゲティ	スパゲティ・ピーマン・玉葱・しめじ・エリンギ・のり・バター・醤油	牛乳	普通牛乳
	南瓜のサラダ	米・強化米	バナナケーキ	小麦粉・バナナ・卵・バター		フレンチサラダ	キャベツ・きゅうり・人参・酢・塩・油	煙のクラッカー	
	コーンスープ	南瓜・きゅうり・干しぶどう・酢・油・塩		三温糖・ベーキングパウダー		スープ	南瓜・わかめ・コンソメ・醤油・塩		
	フルーツ	コーン・ほうれん草・人参・コンソメ・塩・コショウ		粉糖・生クリーム		デザート	ゼリー		
6 木	食パン(マーメイドジャム)	食パン・マーメイドジャム	牛乳	普通牛乳	24 月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	鶏肉の洋風焼き	鶏肉・玉葱・パプリカ・マヨネーズ・ケチャップ・粉チーズ	おにぎり	米・強化米・しらす		ジュニツェル	鶏肉・ニンニク・塩・マヨネーズ・米粉・パン粉	あんこパイ	ハイ生地・こしあん
	★タヒナー	アロコリー・キャベツ・コーン・ねぎ・ごま・オリーブ油・レモン・塩		ピーマン・醤油・ごま油		トマトのサラダ	トマト・きゅうり・コーン・赤玉葱・レタス・酢・塩・コショウ		
	すまし汁	大根・もやし・葱・鰹節・昆布・醤油・塩				みそ汁	なす・葱・なめこ・煮干・みそ		
フルーツ	りんご			フルーツ	バナナ				
7 金	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	25 火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	鮭のゆず風味焼き	鮭・ゆず・醤油・三温糖	ちんすこう	小麦粉・三温糖		鱈の照り焼き	鱈・生姜・みりん	チーズケーキ	クリームチーズ・ヨーグルト
	さつま芋のサラダ	さつま芋・きゅうり・卵・酢・油・塩・コショウ		ラド		ひじきの炒め物	ひじき・クリンビス・コーン・醤油・三温糖	卵・三温糖・小麦粉	
	牛肉とひじきの甘辛炒め	牛肉・ひじき・パプリカ・葱・醤油・三温糖・ごま油				花野菜のサラダ	アロコリー・カブラー・卵・マヨネーズ・塩・コショウ	生クリーム	
みそ汁	切干大根・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・みそ			すまし汁	人参・もやし・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩				
8 土	そぼろ丼	米・強化米・鶏挽肉・卵・人参・ほうれん草・醤油・三温糖・だし	牛乳	普通牛乳	26 水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	白菜のおかか和え	米・強化米	英字ビスケット	鶏肉のカレー唐揚げ		鶏肉・生姜・ニンニク・カレー粉・醤油・みりん・片栗粉	ホットケーキ	ホットケーキ粉・三温糖	
	みそ汁	白菜・パプリカ・鰹節・だし・醤油・三温糖		大豆の煮物		大豆・人参・椎茸・クリンビス・だし・醤油・三温糖	牛乳・卵	牛乳・卵	
	フルーツ	大根・油揚げ・わかめ・鰹節・昆布・みそ		みそ汁		白菜・きゅうり・わかめ・酢・醤油・三温糖	いちごジャム	いちごジャム・干しぶどう	
10 月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	27 木	厚揚げと蓮根のマーボー	米・強化米	牛乳	普通牛乳
	チキンチキンごぼう	鶏肉・ごぼう・玉葱・人参・片栗粉・醤油・三温糖	チーズ春巻き	春巻きの皮		鶏肉の厚揚げ・玉葱・蓮根・パプリカ・ピーマン・椎茸・みそ	ハムマヨトースト	食パン・ハム・玉葱・マヨネーズ	
	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー・パプリカ・コーン・酢・塩・油		ピザ用チーズ・パセリ		醤油・三温糖・ごま油・片栗粉			
	南瓜の煮物	南瓜・醤油・三温糖				白煮の酢の物	白菜・きゅうり・わかめ・酢・醤油・三温糖		
みそ汁	玉葱・もやし・葱・鰹節・昆布・みそ			みそ汁	南瓜・えのき・鰹節・昆布・みそ				
11 火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	28 金	じゃが芋のサラダ	じゃが芋・人参・きゅうり・ごま・酢・醤油・三温糖	牛乳	普通牛乳
	カレーの煮付け	カレー・生姜・醤油・三温糖	乳・みたらし団子	米		スープ	大根・えのき・わかめ・コンソメ・塩・醤油	じゃが芋・小麦粉・油	
	蓮根の天ぷら	蓮根・小麦粉・ベーキングパウダー・塩	児	醤油・三温糖・片栗粉		フルーツ	オレンジ	みそ・三温糖	
	きゅうりの和え物	きゅうり・大根・かまぼこ・わかめ・塩昆布・醤油	児	白玉粉・豆腐・醤油		しょうゆラーメン	中華麺・豚肉・人参・白菜・玉葱・もやし・かまぼこ・葱	◆みそポテト	じゃが芋・小麦粉
みそ汁	舞茸・人参・椎茸・鰹節・昆布・醤油・塩	児	三温糖・片栗粉	大根と水菜のサラダ	大根・水菜・きゅうり・パプリカ・酢・油・塩				
☆お別れ会メニュー☆									
12 水	カレーライス	米・強化米・牛肉・玉葱・じゃが芋・人参・ニンニク	牛乳	普通牛乳	29 土	あんかけうどん	うどん・鶏肉・白菜・人参・葱・しめじ・大根・鰹節・昆布	牛乳	普通牛乳
	コールスローサラダ	卵・醤油	プリン	卵・三温糖・バニラエッセンス		キャベツの和え物	キャベツ・しらす・油揚げ・だし・醤油・三温糖	牛乳	普通牛乳
	フルーツ	キャベツ・きゅうり・干しぶどう・コーン・酢・油・塩・コショウ		牛乳・メープルシロップ		フルーツ	りんご		
	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳		ロールパン	ロールパン	お茶	麦茶
13 木	ハンバーグ	合挽肉・玉葱・卵・パン粉・牛乳・ケチャップ・ソース・三温糖	★エイシ	小麦粉・強力粉・全粒粉	鮭のポテマヨ焼き	鮭・じゃが芋・コーン・マヨネーズ・パセリ・塩・コショウ	五平餅	米・強化米・みそ	
	きゅうりの酢の物	きゅうり・人参・わかめ・酢・醤油・三温糖		塩・コショウ	ペンネソテー	ペンネ・トマト・パセリ・ニンニク・塩・コショウ・オリーブ油		三温糖・ごま	
	さつま芋の甘煮	さつま芋・三温糖・塩		小麦粉・ドライイースト・じゃが芋	ミルクスープ	ベーコン・玉葱・人参・ほうれん草・しめじ・スキムミルク			
	みそ汁	豆腐・もやし・葱・煮干・みそ		酢・油	フルーツ	バナナ			
14 金	赤飯	米・もち米・強化米・小豆・ごま・塩	牛乳	普通牛乳	朝のおやつ ・0歳児は、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくふわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です ・1歳児は、菓子類(野菜スティック・紫いもチップ・ひじきあられ・スイートポテト等)、フルーツ、干しぶどう(週3回程度)です ※フルーツはバナナ・りんご・オレンジ・グレープフルーツ・みかん等を使用します ※りんごは完了食までは煮たものを使用します 夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です 菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンヨー食品)を使用しています 強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です えび、貝類の提供は、幼児クラスのみになります ◆マークは埼玉県の郷土料理を取り入れています ★マークは世界の料理(エジプト)を取り入れています は、ほしくみさん(5歳児)のリクエストメニューです				
	厚焼き卵	卵・ツナ・クリンビス・葱・だし・醤油・三温糖	お好み焼き	キャベツ・豚挽肉・もやし					
	牛肉と小松菜の炒め物	牛肉・小松菜・パプリカ・ニンニク・生姜・醤油・三温糖		小麦粉・だし・卵・ソース					
	春雨スープ	春雨・わかめ・コーン・コンソメ・醤油・塩・コショウ		あおのり・鰹節					
フルーツ	りんご								
15 土	牛肉のみそ丼	米・強化米・牛肉・玉葱・人参・チンゲン菜・パプリカ・みそ	牛乳	普通牛乳					
	ポテトサラダ	じゃが芋・きゅうり・ツナ・マヨネーズ・塩・コショウ	牛乳かりんとう						
	スープ	キャベツ・コーン・わかめ・コンソメ・醤油・塩							
	フルーツ	バナナ							

【3月の行事食】
3日 ひびきつり

今年度も残り1か月となりました。
4月よりも食べられる食材や食べる量が増えました。
ほしくみさんは残り少ない給食ですが、
リクエストしたメニューをたくさん食べてください。

