



給食よていこんだて <3月> (鶴来第二幼稚園)



日付	こんだて	ちからがでる きいろ	おおきくなる あか	げんきになる みどり	その他	
1日 木曜日	ハンバーグ インゲンのソテー フライドポテト 人参のグラッセ 具だくさんのみそ汁 いちごのセカステラケーキ	みんな大好き メニュー	パン粉、油 じゃが芋、砂糖 カステラ	牛肉、豚肉、鶏肉 油揚げ、若布、みそ ホイップクリーム	玉葱、インゲン 人参 大根、白菜、苺	塩、こしょう ケチャップ、ソース
2日 金曜日	お弁当の日					
5日 月曜日	自分で混ぜ混ぜ!!エビピラフ 鶏の唐揚げ ウィンナー入スープ スチームブロッコリー リンゴ	あじごはんの日	油 片栗粉、じゃが芋	エビ 鶏肉 ウィンナー	玉葱、人参、ピーマン マッシュルーム、生姜、ニンニク キャベツ、ブロッコリー、リンゴ	塩、こしょう、コンソメ みりん
6日 火曜日	鮭の塩焼き 玉子焼き 白菜と法蓮草のおかか和え ストロベリーヨーグルト	和メニュー!!	油 ジャム	鮭、玉子焼き 花かつお ヨーグルト	白菜、法蓮草、人参	塩
7日 水曜日	エビフライのタルタルソース添え 和風野菜炒め 大根と若布のみそ汁 いよかん	タルタルソースも 手作りだよ★	小麦粉、パン粉、油 マヨネーズ 砂糖	エビ、卵 若布、みそ	玉葱、胡瓜 蓮根、人参、ピーマン、蒟蒻 大根、いよかん	塩、こしょう みりん
8日 木曜日	お野菜たっぷりソース焼きそば 餃子 焼き芋 青リンゴゼリー	ごはんいりません	焼きそば、油 餃子の皮 さつま芋	豚肉 餃子の具 ゼリーの素	キャベツ、もやし 赤・黄パプリカ 青菜、木耳	ソース
9日 金曜日	園で焼きたてメロンパン 100%ジュース お豆腐ナゲット トマト 具だくさんのマカロニサラダ オレンジ	ごはんいりません	メロンパン 片栗粉、油 マカロニ、マヨネーズ	豆腐 ツナ缶	100%ジュース、玉葱、トマト 胡瓜、コーン、人参 オレンジ	塩、こしょう ケチャップ
12日 月曜日	お弁当の日					
13日 火曜日	お野菜たっぷりラーメン おでん(ちくわ・大根) 食べる小魚 いちご	ごはんいりません	ラーメン、ごま油	豚肉 ちくわ 小魚	もやし、キャベツ 人参、ピーマン、木耳 大根、苺	醤油ラーメンスープの素 みりん
14日 水曜日	ミートボールのクリーム煮 花野菜のソテー れんこんチップ メープルクッキー	きょうは、 ホワイトデー	小麦粉、パン粉、油 クリームシチュールウ ケーキミックス、シロップ	牛肉、豚肉、鶏肉	玉葱、赤・黄パプリカ、しめじ ブロッコリー、カリフラワー コーン、蓮根	塩、こしょう
15日 木曜日	油淋鶏(揚げ鶏の葱ソース) 三色ナムル 若布スープ リンゴとレーズンのケーキ	みんな大好き メニュー	片栗粉、油、砂糖 ごま、ごま油 ケーキミックス	鶏肉 若布	ニンニク、生姜、葱 青菜、もやし、人参 貝割れ、リンゴ、レーズン	酢 塩、こしょう B.P
16日 金曜日	カレーライス ボイルドウィンナー コールスロー バナナ	カレーの日	油、じゃが芋 カレールウ	豚肉 ウィンナー	玉葱、人参 キャベツ、コーン、胡瓜 バナナ	手作りドレッシング
19日 月曜日	10種類の具材が入った豚汁(10種類の具材がわかるかな?) 白身魚の照り焼き 法蓮草のごまよごし リンゴ味比べ	毎月19日は 食育の日 です	油、里芋 砂糖、ごま	豚肉、油揚げ、みそ 白身魚	大根、人参、牛蒡 蒟蒻、椎茸、えのき、葱 法蓮草、リンゴ	みりん
20日 火曜日	みそかつ 具だくさんのナポリタンスパ もやしと若布のみそ汁 プリンアラモード	今年度最後の給食★	小麦粉、パン粉、油、砂糖 スパゲティ	豚肉、みそ 鶏肉 若布、プリン、ホイップクリーム	玉葱、しめじ、人参 コーン、ピーマン もやし、パイン缶、みかん缶	みりん ケチャップ
21日 水曜日	春分の日					
22日 木曜日	お弁当の日					
23日 金曜日	お弁当の日					
3/26 ~ 3/30 預かり保育						
26日 月曜日	自分で混ぜ混ぜ!!ひじきごはん 子持ちししゃもの米粉揚げ 小松菜と人参のお浸し 里芋と若布のみそ汁 オレンジ		ひじき、油揚げ、人参、インゲン、油、砂糖、みりん 子持ちししゃも、米粉、油、小松菜、白菜、人参 里芋、若布、みそ、オレンジ	マクロビオティックの日		
27日 火曜日	五目あんかけうどん ちくわの磯辺揚げ バナナヨーグルト	ごはんいりません	うどん、片栗粉 小麦粉、油	鶏肉、油揚げ ちくわ、青のり粉 ヨーグルト	玉葱、しめじ 貝割れ、人参 バナナ	みりん
28日 水曜日	回鍋肉 おかかブロッコリー 春雨入り中華スープ パイン入り杏仁豆腐	中華の日	砂糖、油 春雨	豚肉、みそ 花かつお 杏仁豆腐	キャベツ、ピーマン、人参 ブロッコリー 椎茸、絹さや、パイン缶	みりん 中華味
29日 木曜日	クリームシチュー ツナサラダ ストロベリーマフィン	シチューの日	じゃが芋 クリームシチュールウ ケーキミックス、ジャム	鶏肉 ツナ缶	玉葱、人参、グリーンピース キャベツ、胡瓜、コーン	手作りドレッシング
30日 金曜日	三色丼 さつま芋の甘煮 切干大根と若布のみそ汁 リンゴ	どんぶりの日	油、砂糖 さつま芋	卵、鶏肉 若布、みそ	青菜 切干大根 リンゴ	塩、みりん

19日の答え: 里芋、豚肉、油揚げ、大根、人参、ごぼう、こんにゃく、椎茸、エノキ、ねぎ