



令和3年 3月予定献立表

【♪は手作りおやつです】

| 日 | 曜日 | 献立名 | 主食 | 卵アレルギー | 備考 |
|----|----|---|-----|-----------|---|
| 1 | 月 | 和風おろしハンバーグ ビーンズサラダ カリブrosoup 果物(りんご) | ごはん | | ハンバーグの原型は、タルタルステーキを焼いたものであるといわれています。 |
| | | おやつ | | | |
| 2 | 火 | 鯖のクリームソースかけ ねばねばサラダ スコッチブros 果物(バナナ) | ごはん | | 鯖は春を告げる魚と言われています。 |
| | | おやつ | | | |
| 3 | 水 | 春色ちらし寿司 ポテトとお米のささみカツ キャベツのごま酢和え 麩のすまし汁 桜ゼリー | ごはん | | ひな祭り給食 |
| | | おやつ | | | |
| 4 | 木 | きつねたぬきうどん 酢味噌和え 煮豆 果物(バナナ) | ごはん | | Book de Lunch 「きつねうどん たぬきうどん」 |
| | | おやつ | | | |
| 5 | 金 | オムライス 春巻き 茹でブロッコリー添え 南瓜と白菜のスープ 果物(いちご) | ごはん | 卵なし | 子どもたちも大好きなオムライス |
| | | おやつ | | | |
| 6 | 土 | ベストサンドフライ 厚焼き玉子 野菜炒め 果物(バナナ) | ごはん | | |
| | | おやつ | | | |
| 8 | 月 | アジの竜田揚げ 豆腐の中華風煮 じゃが芋の具沢山汁 果物(りんご) | | | アジは味が良いから「アジ」という名前がついたと言われていいます。子どもたちも好きな魚メニューです。 |
| | | おやつ | | | |
| 9 | 火 | シェパースパイ 野菜サラダ アイリッシュシチュー 果物(パイナップル) | ごはん | | 今月の世界の料理 「アイerland」 |
| | | おやつ | | | |
| 10 | 水 | 豚肉の生姜焼き ほうれん草のごまよごし 大根とえのきの味噌汁 果物(バナナ) | ごはん | | 年長さんお別れ遠足 |
| | | おやつ | | アレルギー対応菓子 | |
| 11 | 木 | 擬製豆腐 春雨の中華サラダ コンソメスープ 果物(オレンジ) | ごはん | 卵抜き | 擬製豆腐とは、裏ごしあるいは細かく崩した豆腐に他の材料や調味料を混ぜ、整形加熱した料理です。 |
| | | おやつ | | | |
| 12 | 金 | カレーライス 福神漬け コールスローサラダ フルーツヨーグルト | ごはん | | カレーライスは大人も子どもも大好きなメニューですね。 |
| | | おやつ | | | |
| 13 | 土 | 照り焼きチキン オムレツ 野菜炒め 果物(バナナ) | ごはん | | |
| | | おやつ | | | |

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

☺ フレンズメニュー (昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)

| 日 | 曜日 | 献立名 | 未満児 主食 | 卵アレルギー | 備考 |
|----|-----|---|-----------|---------------------|--|
| 15 | 月 | 鶏の唐揚げ パリパリサラダ コーンクリームスープ 果物(いちご) | ごはん | | さくら組 希望献立 |
| | おやつ | ♪パフェ 麦茶 | | アレルギー対応菓子 | |
| 16 | 火 | ピザ風オムレツ マカロニと洋風野菜サラダ きのことポテトのミルクスープ 果物(オレンジ) | ごはん | 玉葱とベーコンとチーズのケチャップ炒め | ミルクスープ は、牛乳のkok で、調味料控え めでも美味しく 作れる減塩メ ニューです。 |
| | おやつ | ♪甲州かりんとう 麦茶 | | | |
| 17 | 水 | 白身魚の照り焼き 煮合い 常陸太田けんちん汁 果物(メロン) | ごはん | | 郷土料理の日 「茨城県」 |
| | おやつ | ♪そぼろ納豆にぎり 麦茶 | | | |
| 18 | 木 | 赤飯 揚げ鶏と野菜の甘酢炒め 菜花のごま和え 根菜の味噌汁 果物(いちご) | ごはん | | お誕生日会  |
| | おやつ | ♪お誕生日プリンタルト 麦茶 | | | |
| 19 | 金 | チキンナゲット 彩りサラダ ほうとうローネ 果物(バナナ) | ごはん | | 卒園おめでとう 給食  |
| | おやつ | ♪お祝いクレープ 牛乳 | | | |
| 22 | 月 | ハヤシライス 花野菜サラダ フルーツカクテル | ごはん | | 麩のラスクは簡 単に作れて美味 しいおやつで、 子どもたちにも 人気です。 |
| | おやつ | ♪麩のラスク 牛乳 | | | |
| 23 | 火 | 鶏肉の梅味噌焼き 切り干し大根のごま和え 三種芋の味噌汁 果物(バナナ) | ごはん | | 切り干し大根 は、天日で乾燥 させることで、 栄養素がぎゅっ と詰まって甘み も増します。 |
| | おやつ | ♪ツナまん 牛乳 | | | |
| 24 | 水 | 焼き魚のカレーあんかけ 春雨の酢の物 油揚げの味噌汁 果物(りんご) | ごはん | | 春雨は、じゃが 芋やさつま芋の でんぷんを原料 にしたものや、 緑豆でんぷんを 原料にしたもの があります。 |
| | おやつ | ♪マカロニスナック 牛乳 | | | |
| 25 | 木 | キッシュ カリブロコーンサラダ 南瓜と人参の豆乳汁 果物(バナナ) | ごはん | 卵抜き | 東京五輪 聖火リレー 「福島県」 |
| | おやつ | ♪味噌かんづら 麦茶 | | | |
| 26 | 金 | 肉団子と野菜のほくほく煮 スパゲティーサラダ 豆腐と野菜の味噌汁 果物(オレンジ) | ごはん | | 「スパゲ ティー」はイタ リア語の語源で 「ひも」と「小 さいもの」を意 味する言葉で す。 |
| | おやつ | プリン | | ゼリー | |
| 27 | 土 | 白身魚フライ アンサンブルエッグ 野菜炒め 果物(バナナ) | ごはん | |  |
| | おやつ | ヨーグルト | | | |
| 29 | 月 | チキンのマッシュポテト焼き ビーンズサラダ 茄子と油揚げの味噌汁 果物(オレンジ) | ごはん | | 東京五輪 聖火リレー 「栃木県」 |
| | おやつ | ♪じゃが芋入り焼きそば 麦茶 | | | |
| 30 | 火 | 焼き魚(とろホッケ) 根菜の煮物 白菜と豆腐の味噌汁 果物(バナナ) | ごはん | | 東京五輪 聖火リレー 「群馬県」 |
| | おやつ | ♪神社コロケ 牛乳 | | | |
| 31 | 水 | レバーの胡麻ソースがらめ キャベツのゆかり和え ふわふわ卵スープ 果物(りんご) | ごはん | 卵抜き | レバーは鉄分が 豊富に含まれて いるので、成長 期の子どもに進 んで食べてほし い食材です。 |
| | おやつ | ♪お豆腐パンケーキ 牛乳 | | | |

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。