

3月のランチメニュー

月/日 (曜日)	午前 おやつ	献立名	食品名	午後おやつ	食品名
3月1日 土	牛乳 オレンジ	☆ 和風スープスパゲティ ☆ 南瓜の含め煮 ☆ フルーツ	スパゲティ ツナ缶 玉葱 人参 キャベツ にんにく 干椎茸 醤油 塩 バター 菜種油 刻みのり かつお節 南瓜 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月3日 月	牛乳 バナナ	☆ ふりかけご飯 ☆ すまし汁 ☆ 鶏肉の松風焼き ☆ ブロccoliのおかか和え ☆ フルーツ	米 押し麦 ふりかけ (小麦含む) そうめん 花ひ 醤油 塩 かつお節 昆布 鶏ひき肉 玉葱 菜種油 味噌 みりん 酒 三温糖 パン粉 いらごま ブロッコリー かつお節 醤油 オレンジ	牛乳 いちごゼリー	牛乳 莓果汁・グラ ニュー糖・果糖
3月4日 火	牛乳 オレンジ	☆ ドライカレー ☆ キャベツとコーンのスープ ☆ 大根のわかめ和え ☆ フルーツ	米 押し麦 豚ひき肉 酒 玉葱 人参 大豆水煮 ピーマン セロリ レーズン 生姜 にんにく 菜種油 小麦粉 カレー粉 中濃ソース カットトマトケチャップ 塩 キャベツ ホールコーン 醤油 塩 かつお節 大根 わかめ 醤油 バナナ	牛乳 ホットケーキ 莓デコレーション	牛乳 おひたし・ミックス・ 菜種油・莓・乳 汁・生卵-A
3月5日 水	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ じゃが芋と人参のみそ汁 ☆ 鮭のマヨネーズ焼き ☆ 三色ナムル ☆ フルーツ	米 押し麦 じゃが芋 人参 鉄強化味噌 味噌 煮干 鮭 マヨネーズ (卵不使用) もやし 胡瓜 人参 醤油 酢 三温糖 ごま油 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月6日 木	牛乳 オレンジ	☆ ご飯 ☆ えのきと水菜のみそ汁 ☆ ハンバーグ ☆ 胡麻人参 ☆ フルーツ	米 押し麦 えのき 水菜 鉄強化味噌 味噌 煮干 豚ひき肉 玉葱 パン粉 塩 菜種油 ケチャップ 中濃ソース 人参 ごま油 三温糖 醤油 すりごま バナナ	牛乳 つぶつぶ コーンパン	牛乳 小麦粉・全粒粉・A- 物・バナナ・三温 糖・カレー・豆乳・ おひたし・バター
3月7日 金	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 人参と厚揚げのみそ汁 ☆ ほっけフライ ☆ 春雨サラダ ☆ フルーツ	米 押し麦 人参 厚揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干 ほっけ 塩 小麦粉 パン粉 菜種油 春雨 胡瓜 もやし 人参 ホールコーン 醤油 酢 三温糖 ごま油 グレープフルーツ (オレンジ)	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
3月8日 土	牛乳 オレンジ	☆ わかめうどん ☆ じゃが芋の含め煮 ☆ フルーツ	干うどん 鶏もも肉 塩わかめ 人参 玉葱 干椎茸 醤油 みりん 三温糖 酒 かつお節 昆布 じゃが芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月10日 月	牛乳 オレンジ	☆ ビビンバ ☆ キャベツとしめじのみそ汁 ☆ 胡瓜の中華和え ☆ フルーツ	米 押し麦 豚ひき肉 焼き豆腐 長葱 もやし ほうれん草 人参 いらごま 生姜 にんにく 醤油 三温糖 塩 菜種油 ごま油 キャベツ しめじ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 胡瓜 醤油 ごま油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月11日 火	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 白菜と人参のみそ汁 ☆ チキンカツ ☆ キャベツとコーンのサラダ ☆ フルーツ	米 押し麦 白菜 人参 鉄強化味噌 味噌 煮干 鶏もも肉 小麦粉 パン粉 ケチャップ 中濃ソース 塩 菜種油 キャベツ 胡瓜 ホールコーン 酢 醤油 三温糖 菜種油 グレープフルーツ (オレンジ)	牛乳 南瓜パン	牛乳 南瓜・豆乳・小麦 粉・A-ケチャップ・ 三温糖・菜種油
3月12日 水	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 大根と油揚げのみそ汁 ☆ 炒め納豆 ☆ もやしの海苔和え ☆ フルーツ	米 押し麦 大根 油揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干 納豆 豚ひき肉 玉葱 人参 菜種油 醤油 卵 もやし 海苔 醤油 オレンジ	牛乳 ミルクパン	牛乳 乳・卵・小麦
3月13日 木 カレーパーティー	牛乳 オレンジ	☆ ポークカレー ☆ 白菜とコーンのスープ ☆ ほうれん草と人参のナムル ☆ フルーツ	米 押し麦 豚もも肉 玉葱 人参 じゃが芋 菜種油 カレールー (小麦・乳を含む)・(くり組 牛乳) 白菜 ホールコーン 醤油 塩 かつお節 ほうれん草 人参 いらごま 醤油 ごま油 りんご	牛乳 スイートポテト	牛乳 さつま芋・バター・ 三温糖・フロ-リング シロ
3月14日 金	牛乳 バナナ	☆ 味噌ラーメン ☆ 南瓜の含め煮 ☆ フルーツ	茹ラーメン (卵含む) 豚もも肉 玉葱 もやし 人参 白菜 ホールコーン 菜種油 味噌ラーメンベース (小麦・卵含む) 豚骨 鶏骨 長葱 生姜 にんにく 昆布 南瓜 三温糖 醤油 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月15日 土	牛乳 オレンジ	☆ 和風スープスパゲティ ☆ さつま芋の含め煮 ☆ フルーツ	スパゲティ ツナ缶 玉葱 人参 キャベツ にんにく 干椎茸 醤油 塩 バター 菜種油 刻みのり かつお節 昆布 さつま芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月17日 月	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 玉葱とわかめのみそ汁 ☆ すき焼き風煮 ☆ もやしのナムル ☆ フルーツ	米 押し麦 玉葱 わかめ 鉄強化味噌 味噌 煮干 豚もも肉 焼き豆腐 しらたき 白菜 玉葱 人参 菜種油 三温糖 みりん 醤油 もやし 胡瓜 いらごま 醤油 ごま油 グレープフルーツ (オレンジ)	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米

認定こども園大谷オアシス保育園

3月のランチメニュー

月/日 (曜日)	午前 おやつ	献立名	食品名	午後おやつ	食品名
3月18日 火	牛乳 オレンジ	☆ ロールパン ☆ シチュー ☆ 鶏肉のカレー焼き ☆ 切り干し大根とツナのサラダ ☆ フルーツ	ロールパン (小麦・卵・乳を含む) 鶏もも肉 ジャガ芋 玉葱 人参 菜種油 ホワイトソース (小麦・乳を含む) 牛乳 豆乳 塩 パセリ 鶏もも肉 カレー粉 小麦粉 塩 菜種油 切り干し大根 ツナ缶 人参 ホールコーン マヨネーズ (卵不使用) 味噌 バナナ	牛乳 焼きそば	牛乳 中華麺 (卵含む)・豚もも肉・キャベツ・人参・玉葱・菜種油・焼きそばソース・胃のり
3月19日 水	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ なめこ豆腐のみそ汁 ☆ 豚肉の生姜焼き ☆ 小松菜のコーン和え ☆ フルーツ	米 押し麦 なめこ 豆腐 鉄強化味噌 味噌 煮干 豚ロース肉 生姜 醤油 酒 三温糖 小松菜 ホールコーン 醤油 オレンジ	ヨーグルト ビスケット	乳 小麦・乳
3月21日 金	牛乳 オレンジ	☆ ご飯 ☆ えのきと水菜のみそ汁 ☆ 肉じゃが ☆ ほうれん草の胡麻和え ☆ フルーツ	米 押し麦 えのき 水菜 鉄強化味噌 味噌 煮干 豚もも肉 ジャガ芋 人参 玉葱 しらたき 菜種油 三温糖 みりん 醤油 ほうれん草 すりごま 醤油 三温糖 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月22日 土 第16回卒園式	<p>とっえんおめでとうございます</p>				
3月24日 月	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 白菜としめじの豆乳みそ汁 ☆ かみなり豆腐 ☆ 胡瓜のツナ和え ☆ フルーツ	米 押し麦 白菜 しめじ 豆乳 鉄強化味噌 味噌 煮干 豆腐 豚ひき肉 つきこんにゃく 玉葱 人参 たけのこ水煮 干椎茸 生姜 菜種油 三温糖 醤油 片栗粉 ごま油 胡瓜 ツナ缶 醤油 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月25日 火 リクエスト給食	牛乳 オレンジ	☆ ご飯 ☆ もやしと厚揚げのみそ汁 ☆ 鶏肉のから揚げ ☆ ブロッコリーのナムル ☆ フルーツ	米 押し麦 もやし 厚揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干 鶏もも肉 生姜 醤油 酒 片栗粉 菜種油 ブロッコリー いりごま 醤油 ごま油 苺	牛乳 ライスピザ	牛乳 米・鶏ひき肉・玉葱・人参・ピーマン・菜種油・味噌・牛乳・ごま油・チーズ
3月26日 水	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 小松菜と油揚げのみそ汁 ☆ 鶏肉のさっぱり煮 ☆ キャベツとしらすのサラダ ☆ フルーツ	米 押し麦 小松菜 油揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干 鶏もも肉 生姜 にんにく 醤油 酢 三温糖 片栗粉 キャベツ しらす干し 酢 醤油 三温糖 菜種油 りんご	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月27日 木	牛乳 オレンジ	☆ ご飯 ☆ さつまい ☆ ほっけのみそ焼き ☆ 切干大根とひじきの炒め煮 ☆ フルーツ	米 押し麦 鶏もも肉 木綿豆腐 さつまいろ しらたき 玉葱 人参 ごぼう 長葱 味噌 鉄強化味噌 みりん かつお節 昆布 菜種油 ほっけ 味噌 醤油 三温糖 酒 生姜 切干大根 油揚げ 人参 ひじき 菜種油 三温糖 醤油 グリンピース バナナ	牛乳 人参ジャムサンド	牛乳 食パン・りんご・人参・三温糖・バター・レモン
3月28日 金	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 南瓜と玉葱のみそ汁 ☆ 鶏肉の照り焼き ☆ ごぼうと人参の炒め煮 ☆ フルーツ	米 押し麦 南瓜 玉葱 鉄強化味噌 味噌 煮干 鶏もも肉 醤油 みりん 酒 ごぼう 人参 つきこんにゃく 厚揚げ 醤油 みりん 三温糖 菜種油 オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
3月29日 土	牛乳 バナナ	☆ わかめうどん ☆ ジャガ芋の含め煮 ☆ フルーツ	干うどん 鶏もも肉 塩わかめ 人参 玉葱 干椎茸 醤油 みりん 三温糖 酒 かつお節 昆布 ジャガ芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳
3月31日 月	牛乳 バナナ	☆ ご飯 ☆ 玉葱とえのきのみそ汁 ☆ マーボー豆腐 ☆ 白菜の海苔和え ☆ フルーツ	米 押し麦 玉葱 えのき 鉄強化味噌 味噌 煮干 豆腐 豚ひき肉 人参 玉葱 長葱 生姜 にんにく 味噌 醤油 三温糖 片栗粉 ごま油 菜種油 白菜 海苔 醤油 グレープフルーツ (オレンジ)	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦・乳

※食材の入荷状況などによりメニューが変更になる場合もございます。(作成者：栄養士 藤田 裕季子)

※メロン、パイナップル、柿は、くり組からの提供となります。※グレープフルーツはくるみ組からの提供となります。

※どんぐり組の幼児食のカレーはカレーの王子様・ハヤシライスにはハヤシの王子様を使用致します。

3月25日は年長さんのリクエストを中心としたお楽しみ献立です。今まで食べた給食の中で思い出に残った献立や、子どもたちが好きな献立をパーティー形式でいただきます。給食室でも一年間の腕の見せどころ！とばかりに、おいしく楽しく食べられるよう張り切って給食作りに励みます。給食ポストを設置してから、沢山のお手紙をくれたライラック組の子どもたち。パーティーが大好きで、みんなで色々なパーティーをして楽しみました。これが保育園での最後のパーティーとなりますので、思いっきり楽しみましょうね。また、午後のおやつは保育でしか味わえない味です。3月は、ライラック組の好きなおやつメニューをランキングにして決めています！