



給食よていこんだて <3月> (鶴来第一幼稚園)

2018年



日付	こんだて	スプーン コップ	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 いちごのせかステラケーキ 		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	鶏の唐揚げ スチームドブロッコリーとウィンナー じゃが芋とキャベツのスープ リンゴ 		油、片栗粉 じゃが芋	鶏肉 ウィンナー	生姜、ニンニク ブロッコリー キャベツ、リンゴ	みりん コンソメ
6日 火曜日	子持ちししゃもの米粉揚げ 小松菜と人参のお浸し ひじきの煮付け 里芋と若布のみそ汁 南瓜の蒸しパン 		子持ちししゃも、米粉、油 小松菜、白菜、人参、ひじき、油揚げ、インゲン、油、砂糖、みりん 里芋、若布、みそ、ケーキミックス、南瓜			
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 プリンアラモード 		小麦粉、パン粉、油 マヨネーズ 砂糖	エビ、卵 若布、みそ プリン、ホイップクリーム	玉葱、胡瓜 蓮根、人参、ピーマン、蒟蒻 大根、パイン缶、みかん缶	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 		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 		メロンパン 片栗粉、油 マカロニ、マヨネーズ	豆腐、おから 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 		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 		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 		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	みりん、酢 塩、こしょう B.P
16日 金曜日	カレーライス ポイルドウィンナー コールスロー バナナ 		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 		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、白菜、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 いやかん 		小麦粉、パン粉、油、砂糖 スパゲティ	豚肉、みそ 鶏肉 若布	玉葱、しめじ、人参 コーン、ピーマン もやし、いやかん	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					

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

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

※カレー・ハヤシ・丼の日は大きめのタッパーにごはんを入れてください。