



# 3月 予定献立表 & 給食だより



※1歳以上の未満児さんは、9時30分頃に牛乳がでます。

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。

※◎は朝おやつ、○は午後おやつ材料です。

認定こども園世羅幼稚園

日付	献立名	材料名			日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	ごはん、すまし汁、野菜そぼろ丼、くだもの	油、米粉、ごま油、米	○牛乳、豚ひき肉、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、こまつな、カットわかめ	15 土	卒園式				
03 月	お誕生日会・おひな祭り ごはん、キラキラスープ、鶏の唐揚げ & ブロッコリー、ポテトサラダ、お楽しみデザート	じゃがいも、○コーンスターチ、○小麦粉、マヨネーズ、○砂糖、はるさめ、油、片栗粉、米	○牛乳、鶏むね肉、○バター、ウインナー、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、コーン(冷凍)、ブロッコリー、きゅうり、ねぎ、しょうが、にんにく	17 月	ごはん、みそ汁、松風焼き、マセドアンサラダ、くだもの	○食パン、じゃがいも、マヨネーズ、ごま、砂糖、米	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、ツナ油漬缶、油揚げ、◎牛乳	くだもの、もやし、にんじん、たまねぎ、○いちごジャム、コーン(冷凍)、きゅうり、ねぎ、干しいたけ	◎牛乳、○牛乳、○ジャムサンド
04 火	ふるさと給食 ごはん、カレー、ごま和え、くだもの	じゃがいも、小麦粉、ごま、○小麦粉、砂糖、米	○牛乳、牛肉(もも)、○豚ひき肉、鶏ささ身、バター、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、キャベツ、○たまねぎ、○にんじん、にんにく	18 火	ごはん、鶏肉と小松菜のクリームライス、パンサンスウ、くだもの	じゃがいも、○さつまいも、○小麦粉、はるさめ、○砂糖、米粉、砂糖、油、ごま油、米	○牛乳、豆乳、鶏むね肉、○バター、ウインナー、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、クリームコーン缶、にんじん、キャベツ、こまつな、にんにく	◎牛乳、○牛乳、○さつまいもソフトクッキー
05 水	ごはん、コーンスープ、鮭の塩こうじ焼き、根菜と豚肉の煮物、くだもの	○コーンフレーク、○油、米	○牛乳、さけ、豆乳、豚肉(もも)、◎牛乳	くだもの、クリームコーン缶、たまねぎ、れんこん、にんじん、さやえんどう	19 水	みそ汁の日 ごはん、おかず汁、鮭のフライ、昆布あえ、くだもの	じゃがいも、油、パン粉、小麦粉、ごま油、砂糖、米	○牛乳、さけ、米みそ(淡色辛みそ)、鶏ひき肉、ちくわ、油揚げ、卵、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、○オレンジ濃縮果汁、はくさい、○みかん缶、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、塩こんぶ	◎牛乳、○牛乳、○オレンジゼリー
06 木	ごはん、ラーメン、マーボー豆腐、もやしのナムル、くだもの	ゆでそば、○砂糖、ごま油、ごま、砂糖、片栗粉、米	木綿豆腐、○豆乳ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、○豆乳、豚肉(もも)、○豆乳生クリーム、赤みそ、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、もやし、キャベツ、コーン缶、きゅうり、にんじん、ねぎ、○レモン果汁、カットわかめ、しょうが、にんにく	21 金	ごはん、すまし汁、鶏肉ソテーマトソース、もやしとウインナーのあえ物、くだもの	○米、油、○砂糖、砂糖、ごま、片栗粉、○黒ごま、三温糖、ごま油、米	鶏むね肉、○油揚げ、ウインナー、油揚げ、◎牛乳	くだもの、はくさい、もやし、ホールマト詰詰、にんじん、たまねぎ、コーン缶、カットわかめ、にんにく	◎牛乳、○お茶、○いなりすし
07 金	愛情の日 ごはん、みそ汁、ツナのあまから丼、くだもの	じゃがいも、○米粉、○砂糖、○油、砂糖、ごま油、米	○牛乳、ツナ油漬缶、○卵、○豆乳生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、◎牛乳	くだもの、もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな	22 土	ごはん、ハヤシライス、フルーツヨーグルト	米粉、砂糖、油、米	○牛乳、ヨーグルト(無糖)、牛肉(もも)、◎牛乳	たまねぎ、みかん缶、にんじん、しめじ、えのきたけ	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー
08 土	ごはん、スープ、ピビンバ、くだもの	○小麦粉、○砂糖、ごま、砂糖、ごま油、米	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、○卵、○無塩バター、◎牛乳	くだもの、もやし、にんじん、こまつな、カットわかめ、しょうが、にんにく	24 月	ごはん、元気スープ、鶏肉のごまみそ焼き、コールスローサラダ、くだもの	油、片栗粉、ごま、砂糖、米	鶏むね肉、○牛乳、木綿豆腐、○カルピス、ウインナー、米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	くだもの、キャベツ、○もも缶、○みかん缶、○パン缶、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、コーン缶	◎牛乳、○お茶、○カルピスポンチ
10 月	ごはん、豆乳スープ、ハンバーグ、中華風和え物、くだもの	○食パン、○砂糖、パン粉、油、砂糖、ごま油、米	○ヨーグルト(ドリンク)、豆乳、豚ひき肉、○牛乳、牛ひき肉、○卵、卵、○バター、◎牛乳	くだもの、はくさい、たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、えのきたけ	25 火	ふるさと給食 ごはん、米粉麺のうどん、鯖のみそ焼き、田舎煮、くだもの	○じゃがいも、米粉めん、砂糖、油、○油、ごま油、○片栗粉、○米粉、米	○牛乳、さわら、鶏むね肉、米みそ(淡色辛みそ)、○ウインナー、ちくわ、油揚げ、◎牛乳	くだもの、だいこん、れんこん、にんじん、たまねぎ、ごぼう、○にんじん、さやえんどう、ねぎ、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○にんじんポンデケーキ
11 火	ごはん、みそ汁、さばの塩焼き、だいこんおろし、玉ねぎドレッシングサラダ、くだもの	○砂糖、油、砂糖、米	○牛乳、○豆乳、さば、米みそ(甘みそ)、ちくわ、○ゼラチン、◎牛乳	くだもの、だいこん、にんじん、はくさい、キャベツ、ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、カットわかめ	26 水	ごはん、パンパキンスープ、ナポリタン、ブロッコリーのおかか和え、くだもの	○米、マカロニ・スパゲティ、○天かす、○ごま、オリーブ油、米	豆乳、ウインナー、かまぼこ、○かつお節、かつお節、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、ブロッコリー、コーン缶、ピーマン、○塩こんぶ、○あおのり	◎牛乳、○お茶、○たぬきおにぎり
12 水	ごはん、ポテトスープ、トンカツ、スパゲティのサラダ、くだもの	○米、じゃがいも、マヨネーズ、パン粉、スパゲティ、油、小麦粉、オリーブ油、砂糖、○砂糖、米	豚肉(もも)、○鶏ひき肉、卵、ツナ油漬缶、◎牛乳	くだもの、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、○あおのり	27 木	ごはん、すまし汁、チンジャオロース、なます、くだもの	じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、ごま油、砂糖、片栗粉、米	○牛乳、豚肉(もも)、○豆乳、○バター、○卵、ちくわ、油揚げ、◎牛乳	くだもの、もやし、たまねぎ、だいこん、にんじん、○マーマレード、ピーマン、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○マーマレードケーキ
13 木	ごはん、うどん、赤魚の照り焼き、フライドポテト、わかめの酢の物、くだもの	じゃがいも、干しうどん、○小麦粉、○砂糖、○油、油、砂糖、ごま油、ごま、米	○牛乳、あかうお、○豆乳、○卵、○バター、かまぼこ、油揚げ、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、だいこん、にんじん、きゅうり、こまつな、カットわかめ、しょうが、あおのり	28 金	ごはん、もずくスープ、あじの南蛮、うの花サラダ、くだもの	○ロールパン、マヨネーズ、砂糖、油、○砂糖、片栗粉、米	○牛乳、あじ、木綿豆腐、おかから、ツナ油漬缶、○バター、○きな粉、かつお節、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、もずく、きゅうり、ねぎ	◎牛乳、○牛乳、○きなこラスク
14 金	ふるさと給食 ごはん、すまし汁、タンダーチキン、切干のおかか煮、くだもの	○黒砂糖、○焼ふ、砂糖、○砂糖、○ごま、米	○牛乳、鶏むね肉、ヨーグルト(無糖)、油揚げ、○バター、○きな粉、◎牛乳	くだもの、はくさい、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、いんげん、にんにく、しょうが	29 土	ごはん、キーマカレー、フルーツヨーグルト	砂糖、米粉、油、米	○牛乳、豚ひき肉、ヨーグルト(無糖)、◎牛乳	たまねぎ、もも缶(黄桃)、みかん缶、にんじん、にんにく、しょうが	◎牛乳、○牛乳、○ゼリー
31 月	ふるさと給食 ごはん、みそ汁、スパニッシュオムレツ、切干大根のあえもの、くだもの					じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、○油、砂糖、ごま、ごま油、米	○ヨーグルト(ドリンク)、卵、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ油漬缶、油揚げ、○きな粉、◎牛乳	くだもの、たまねぎ、にんじん、もやし、切り干しだいこん、こまつな、ピーマン、ねぎ	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○きなこちんすこう	

もう一度食べたい☆

## アンコール給食!

今年度の給食もあと1か月となりました。今年度の給食で、どんなメニューがおいしかったですか?今月は、ふじ組さんに聞いたアンコールメニューを多く取り入れています。お楽しみに!!

**メインの部**

1位 からあげ

2位 ハンバーグ

3位 カレー

**スープ・汁の部**

1位 ラーメン

2位 うどん

3位 豆乳スープ

**副食の部**

1位 ポテトサラダ

2位 スパゲティサラダ

3位 フライドポテト

**おやつ**

1位 マシュマロサクサクボール

2位 ココアプリン

3位 豆乳ムース

4位 クッキー、マフィン

**マシュマロサクサクボール**

材料 (8個分)

コーンフレーク・・・100g  
マシュマロ・・・60g  
バター・・・30g  
(\*バターの代わりにサラダ油でも美味しく仕上がります♪)

**作り方**

- 1 耐熱ボールにマシュマロ・バターを入れ、時々、マシュマロを溶かすように混ぜ、電子レンジで1分チンする。
- 2 マシュマロが溶けたら、コーンフレークを入れ全体にからめるように混ぜる。
- 3 1個分ずつラップにとって丸めて、冷やして出来上がり。

レンジでできて簡単! アレンジしやすいレシピ

~認定こども園・保育所 せらのふるさと給食~

**今月のせら食材**

切干大根 米粉麺 牛肉

- ・切干大根の和え物
- ・切干大根のおかか煮
- ・米粉麺のうどん
- ・カレー