

3月 行事予定&献立表

日付	献立名				使用食品			
	行事	主食	主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	からだを作る食べ物	体の調子を整える食べ物	1人1杯になる食べ物	
					太字・アンダーラインは、今月使われる地元食材です【予定】			
1 土			野菜煮込みうどん 炒め煮	抹茶豆乳蒸しパン	鶏肉 牛肉	玉ねぎ 人参 ねぎ いんげん	うどん じゃが芋	
2 日								
3 月	ひな祭り & お弁当ごっこ		てまり寿司 ほうれん草の磯和え	鶏の唐揚げ じゃが芋のツナマヨ和え	ひな祭り三色団子	卵 鶏ミンチ 鶏肉 ツナ	人参 グリンピース もやし ほうれん草 コーン	お米 じゃが芋
4 火			しょうゆラーメン 野菜ソテー	厚揚げの煮物	野菜ちっぶす	豚肉 厚揚げ	玉ねぎ 人参 もやし ねぎ しめじ いんげん ブロッコリー	中華麺 こんにゃく
5 水			魚のソース揚げ 小松菜のきのこ和え	焼きビーフン	キャラメルポップコーン	魚 豚肉 えび	人参 玉ねぎ 小松菜 もやし えのき キャベツ	お米
6 木			チキンカレー 刻み昆布の煮物	大根サラダ	ぶどうゼリー	鶏肉 ハム さつま揚げ	玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 きゅうり いんげん	お米 こんにゃく じゃが芋
7 金			チーズオムレツ コンソメスープ	コールスローサラダ	ドーナツ	ベーコン 卵 ちくわ 豆腐	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン きゅうり チンゲン菜	お米 じゃが芋
8 土			中華丼 具たくさんスープ		ココアシュガートースト	豚ミンチ 鶏肉	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン コーン キャベツ	お米
9 日								
10 月			鶏肉とさつま芋の甘辛煮 卵とわかめのスープ	ブロッコリーのごま和え	コーントースト	鶏肉 水煮大豆 卵	人参 ほうれん草 もやし 玉ねぎ ブロッコリー コーン	お米 さつま芋
11 火			きつねうどん 小松菜のおかか和え	きんぴらごぼう	芋けんぴ	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	玉ねぎ 人参 えのき ねぎ ごぼう いんげん 小松菜	うどん こんにゃく
12 水	おわかれ ピュッフェ		板わかめごはん 中華サラダ	魚の香味焼き おじゃがスープ	ジャムサンド	魚 豆腐	ねぎ 玉ねぎ きゅうり キャベツ コーン	お米 じゃが芋
			梅じゃこごはん フレンチサラダ	魚のカレームニエル おじゃがスープ		魚 豆腐	きゅうり キャベツ コーン	お米 じゃが芋
13 木			マカロニグラタン ツナサラダ	梅ポテト	フルーツポンチ	鶏肉 ツナ	玉ねぎ 人参 コーン 白菜 ブロッコリー きゅうり	お米 じゃが芋
14 金	なかよし遠足				びよんびよんご飯			
15 土			和風スパゲティ ポテトスープ		黒糖蒸しパン	ツナ 豚肉	玉ねぎ えのき 小松菜 しめじ チンゲン菜 人参	スパゲティ じゃが芋
16 日								
17 月			味噌ラーメン 岩石揚げ	菜種和え	梅チャーハン	豚肉 卵 大豆水煮 しらす	玉ねぎ 人参 もやし チンゲン菜 小松菜 コーン	中華麺 じゃが芋
18 火			魚の味噌焼き かき卵汁	切干大根の煮物	ミニどら焼き	魚 さつま揚げ 卵 豆腐	切り干し大根 人参 ピーマン ほうれん草 玉ねぎ えのき	お米
19 水	誕生会		オムライス風チキンライス ポテトサラダ	ハンバーグ 野菜ソテー	クッキー	卵 鶏肉 豆腐 合い挽きミンチ ハム	人参 玉ねぎ グリンピース しいたけ きゅうり チンゲン菜	お米 じゃが芋
20 木								
21 金	絵本に出てくる メニュー		チキンカツ 相性汁	納豆和え	フルーツケーキ	豚肉 卵 納豆 ベーコン 豆腐	小松菜 人参 もやし 玉ねぎ	お米 さつま芋
22 土	卒園式							
23 日								
24 月			豆腐ステーキのミートソースかけ 鶏レバーの生姜炒め	キャベツの昆布和え	抹茶スティックパン	豆腐 豚ミンチ 鶏レバー	玉ねぎ 人参 グリンピース チンゲン菜 キャベツ きゅうり	お米
25 火			スパニッシュオムレツ ポテトスープ	海藻サラダ	パンプティング	ベーコン 卵 ツナ	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり しめじ コーン	お米 スパゲティ じゃが芋
26 水	絵本に出てくる メニュー		魚のフライ 野菜スープ	ブロッコリーサラダ	野菜ピザ	魚 ハム 豆腐	玉ねぎ ブロッコリー 人参 コーン チンゲン菜	お米 じゃが芋
27 木			厚揚げの中華風煮 中華炒め	ハンサンスー	じゃがまるくん	厚揚げ 豚肉 卵 ハム	人参 チンゲン菜 白菜 きゅうり 玉ねぎ	お米 春雨
28 金	ろけっと組 誕生児希望おやつ		ポークビーンズ 白菜のクリームスープ	マカロニサラダ	豆腐のたこ焼き風	豚肉 大豆水煮 ハム 卵 えび 鶏肉	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり しめじ コーン	お米 マカロニ じゃが芋
29 土			マーボー丼 具たくさんスープ		スマイル蒸しパン	豆腐 豚ミンチ 鶏肉	玉ねぎ 人参 にら しめじ コーン キャベツ	お米
30 日								
31 月			千草焼き 豆腐の味噌汁	きゅうりの酢の物	ココアホットケーキ	卵 鶏ミンチ 油揚げ ちくわ 豆腐	玉ねぎ 人参 ほうれん草 きゅうり キャベツ えのき	お米

献立表の は
『絵本に出てくるメニュー』です

今月の絵本は…

21日：「フルーツケーキいただきます」
フルーツケーキ

26日：「ピザだいすき」
野菜ピザ

☆給食室より☆

3月は、卒園を控えたろけっと組さんの希望献立を取り入れています。

希望の献立を聞き取りに行くと「なんで最後?」「もう給食食べられないの?」と、悲しそうな表情が印象的でした。食べたいものを選ぶという

ことは、生きていくために必要になります。これからも『食』を通じて

たくさんのことを学び、楽しんでほしいと思います。

ろけっと組の希望献立にはアンダーラインをつけています。