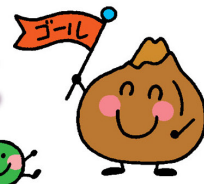


# 3月の給食献立表



令和2年

宮永保育園

日	曜日	未満児	全園児		
		朝のおやつ	主食	副食	3時のおやつ
2	月	ビスケット・牛乳	ご飯	大豆入りがんも・切干大根の煮物・キャベツの野菜スープ・フルーツ	から芋蒸し饅頭・牛乳
3	火	ビスケット・お茶	ご飯	【誕生会】ミニコロッケ&ロコモコ・もやしのナムル・すまし汁(麩・若布)・フルーツゼリー	ひな祭りお楽しみおやつ
4	水	南瓜・牛乳	ご飯	赤魚の照り焼き・煮豆・白菜のお浸し・けんちん汁(豆腐・ごぼう・大根・人参)	黄粉クッキー・スキムティー
5	木	さつま芋・牛乳	ご飯	豆腐のミートグラタン・きんぴらごぼう・すまし汁(豆苗・若布)・フルーツ	ツナおにぎり・飲むヨーグルト
6	金	ビスケット・牛乳	ご飯	豚肉と大根の味噌煮・ツナとひじきのきんぴら・ほうれん草の野菜スープ	きな粉ロールパン・牛乳
7	土	小魚・牛乳	麺	スパゲティミートソース・南瓜の素焼き・若布のカップスープ	スイートさつま芋・牛乳
9	月	ビスケット・牛乳	ご飯	魚の香り揚げ・煮豆・小松菜ともやしの和え物・味噌汁(豆腐・人参)	フォカッチャ・牛乳
10	火	ビスケット・牛乳	ご飯	筑前煮・ほうれん草のお浸し・すまし汁(豆腐・豆苗・若布)	さつま芋の天ぷら・牛乳
11	水	さつま芋・牛乳	ご飯	魚の西京焼き・煮豆・ひじきと切干大根の煮物・豚汁(豆腐・ごぼう・葱・人参)	【パンダの日】クッキー・牛乳
12	木	南瓜・牛乳	ご飯	鶏肉のカレー風味唐揚げ・パリパリサラダ・ほうれん草の野菜スープ・フルーツ	じゃが芋餅・牛乳
13	金	さつま芋・お茶	ご飯	【きく組を送る会】豆腐入り肉団子・もやしのサラダ・すまし汁(豆苗・若布)・フルーツ&ゼリー	カレーロールパン・リンゴジュース
14	土	小魚・お茶	ご飯	【お別れ遠足】炊き込み筑前めし・南瓜の甘煮・若布のかきたまスープ	プアマンケーキ・お茶
16	月	ビスケット・牛乳	ご飯	豆腐と挽肉の味噌煮・ほうれん草とさつま芋の和え物・すまし汁(若布・麩)	緑黄ラスク・牛乳
17	火	ビスケット・牛乳	ご飯	酢豚・ひじきと大根の煮物・チンゲン菜と豆腐の野菜スープ	ケロちゃんバーガー・牛乳
18	水	さつま芋・牛乳	ご飯	鯖の味噌煮・もやしとほうれん草の胡麻和え・白菜の野菜スープ・フルーツ	チンビン・牛乳
19	木	南瓜・牛乳	ご飯	赤魚のムニエルマトソース・炒め納豆・千切り野菜スープ・フルーツ	ピザトースト・牛乳
21	土	小魚・牛乳	ご飯	チキンのつけ野菜カレーライス・かきたまカップスープ・季節のフルーツ	青のり胡麻おにぎり・お茶
22	日	卒園式			
23	月	ビスケット・牛乳	ご飯	魚の蒲焼き・カレー人参シシリ・すまし汁(白菜・大根・豆腐)・ゼリー	大学芋風・牛乳
24	火	さつま芋・牛乳	ご飯	麻婆豆腐・大根のパリパリサラダ・味噌汁(玉葱・若布)	ちぎりパン・牛乳
25	水	南瓜・牛乳	ご飯	肉じゃが・ナムル風煮浸し・すまし汁(豆腐・若布)・フルーツ	豆腐deベーグル・牛乳
26	木	さつま芋・牛乳	ご飯	魚の竜田揚げ・煮豆・小松菜ソテー・五目汁(人参・大根・ごぼう・葱・糸コン)	ヨーグルトカップケーキ・牛乳
27	金	ビスケット・牛乳	ご飯	南瓜のそぼろ煮・もやしの和え物・すまし汁(豆苗・豆腐)	おからドーナツ・牛乳
28	土	小魚・牛乳	麺	温そうめん&いなり寿司・季節のフルーツ	お好み焼き・牛乳
30	月	ビスケット・牛乳	ご飯	魚ぎょカツ・ひじきとごぼうのきんぴら風・小松菜の野菜スープ	いちごジャムロールパン・牛乳
31	火	小魚・牛乳	ご飯	カレー肉じゃが・キャベツのおひたし・すまし汁(豆腐・若布)	ツナおにぎり・お茶

## 3月の献立表は年長さんのリクエストがたくさん

♪園の年長児として、立派に活躍してくれた年長さんへ♪

思い出の給食になればいいなあと、給食室から『ありがとう』の気持ちを込めて作ります。



## 旬の食材

なばな・せり・あさつき・さやえんどう・椎茸・八朔・あんこう・帆立・ひじき

※緑黄色野菜には、成長期の子どもにも欠かせないβ-カロテンが豊富です。