

令和5年

3月の献立表

いずみ認定こども園

曜日	月	火	水	木	金	土
日			1	2	3	4
献立			お好み焼き 肉団子 豆腐のみそ汁 フルーツ	塩さば 南瓜煮 小松菜のみそ汁 炊き込みご飯 フルーツ	ちらし寿司 貝汁 からあげ インゲンのごま和え フルーツ	あじフライ 三色和え さつま芋のみそ汁 フルーツ
材料			ひき肉 きゃべつ 人参 こんにやく 天かす 卵 あおさ 鯉節 肉団子 絹ごし豆腐 玉ねぎ わかめ 油揚げ 青ねぎ フルーツ	さば 鶏肉 こんにやく 人参 油揚げ ごぼう 南瓜 小松菜 玉ねぎ ちくわ 青ねぎ フルーツ	しいたけ 高野豆腐 人参 卵 胡瓜 ツナ 海苔 かまぼこ あさり 青ねぎ 麩 からあげ インゲン コーン ごま フルーツ	あじ 人参 ほうれん草 もやし ごま さつま芋 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ フルーツ
おやつ			ミルク お菓子	ミルク お菓子	ミルク オレンジゼリー	
日	6	7	8	9	10(園外保育)	11
献立	肉じゃが あじ玉子 小松菜のごま和え フルーツ	南瓜コロッケ 野菜ソテー ふりかけ そうめん汁 フルーツ	親子丼 しらすの酢の物 フルーツ	さわら野菜あんかけ 粉ふき芋マヨ 大根のみそ汁 フルーツ	お弁当日	カレーライス コーンサラダ フルーツ
材料	牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 こんにやく しいたけ インゲン 卵 小松菜 コーン ごま フルーツ 小魚	南瓜 玉ねぎ 人参 卵 ごま きゃべつ ピーマン もやし ふりかけ そうめん 油揚げ 青ねぎ フルーツ	鶏肉 玉ねぎ 人参 白菜 しいたけ 卵 きゃべつ 胡瓜 しらす わかめ ごま フルーツ さつま芋 牛乳	さわら えのき 玉ねぎ 人参 ビーマン じゃが芋 あおさ 大根 小松菜 油揚げ 青ねぎ フルーツ		ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 きゃべつ 胡瓜 コーン ハム フルーツ
おやつ	ミルク 小魚 お菓子	ミルク お菓子	ミルク スイートポテト	ミルク お菓子		
日	13(誕生会)	14	15(お別れ会)	16	17	18(卒園式)
献立	お子様ランチ ホワイトスープ	いわしのかば焼き丼 白和え フルーツ	キッズプレート わかめスープ	焼きししゃも 切り干し大根煮 白菜のみそ汁 フルーツ	ハヤシライス マカロニサラダ フルーツ	
材料	チキンナゲット ポテト たこ焼き ハンバーグ きゃべつ 玉ねぎ 人参 ピーマン ウィンナー じゃが芋 ふりかけ グリーンピース コーン ゼリー ケーキ ヤクルト	いわし 卵 インゲン 人参 ごま 絹ごし豆腐 ほうれん草 しいたけ こんにやく フルーツ	鶏肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース コーン 卵 ブロッコリー ポテト しゅうまい わかめ もやし ごま フルーツ	ししゃも 切り干し大根 人参 ちくわ しいたけ こんにやく 白菜 油揚げ 青ねぎ フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ コーン グリーンピース 胡瓜 きゃべつ マカロニ ハム フルーツ	
おやつ	ヤクルト ケーキ	ミルク お菓子	ミルク クッキー	ミルク お菓子	チーズケーキ ミルク	
日	20	21	22	23	24	25(メンテナンス)
献立	鮭フライ ミネストローネ ブロッコリーごまだレ フルーツ	春分の日	中華丼 もやしのナムル フルーツ	焼きビーフン ちくわの磯辺焼き 大根のみそ汁 フルーツ	麻婆豆腐 春雨の中華サラダ フルーツ	お弁当日
材料	鮭 じゃが芋 玉ねぎ 人参 大豆 トマト缶 きゃべつ マカロニ ベーコン コーン ブロッコリー フルーツ		豚肉 玉ねぎ 人参 しいたけ 白菜 イカ エビ もやし 胡瓜 ほうれん草 カニカマ ごま フルーツ 小豆 きな粉	豚肉 玉ねぎ きゃべつ ビーフン ビーマン 人参 ちくわ あおさ 大根 油揚げ 青ねぎ フルーツ	ひき肉 玉ねぎ 人参 木綿豆腐 青ねぎ きゃべつ 胡瓜 春雨 ハム ごま フルーツ ヨーグルト	
おやつ	ミルク お菓子		ミルク おはぎ	ミルク お菓子	フルーツヨーグルト ミルク	
日	27(出欠確認日)	28(出欠確認日)	29(希望登園日)			
献立	カレーライス たまごサラダ フルーツ	焼き飯 肉団子 中華スープ フルーツ	お弁当日			
材料	ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ コーン グリーンピース 卵 きゃべつ 胡瓜 ハム フルーツ	豚肉 玉ねぎ 人参 卵 青ねぎ 肉団子 白菜 カニカマ ごま フルーツ				
おやつ	ミルク お菓子	ミルク お菓子				

※材料の都合で変更することがあります