

3月 給食献立表

令和2年

日	曜	主食	献立名	午後のおやつ	赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	
					骨・筋肉・血をつくる	力と体温のもと	身体の調子を整える	
2	月	ごはん	大根とえのきの味噌汁・あんかけ卵焼き・和風サラダ	かぼちゃケーキ	豚肉・鶏卵	ドレッシング	ほうれん草・ねぎ・キャベツ・人参	
3	火	 ひなまつりお楽しみ給食 						
4	水	ごはん	キャベツと油揚げの味噌汁・鶏肉のケチャップ焼き・じゃこサラダ	豆腐パン	鶏肉・しらす	油・砂糖	キャベツ・人参・玉ねぎ・大根	
5	木	ジャムパン	ミネストローネ・えのきバーグ・ごまサラダ	洋風いそべ焼き	豚肉・ベーコン	ごま・油	人参・えのき・きゅうり・コーン	
6	金	ごはん	豆腐としめじの澄まし汁・鯖の味噌煮・野菜の土佐和え	ゼリー・せんべい	豆腐・鯖	砂糖	しめじ・キャベツ・もやし・人参	
7	土	 卒園式 						
9	月	ごはん	じゃがいもとわかめの味噌汁・さんまの立田揚げ・なめたけ和え	きな粉クッキー	さんま	じゃがいも	ねぎ・キャベツ・ほうれん草・人参	
10	火	 さくら組リクエストメニュー 						
11	水	ごはん	ごま豆乳味噌汁・鶏肉の卵とし・だいこんサラダ	お麩ラスク	鶏卵・鶏肉	ドレッシング	小松菜・人参・大根・きゅうり・ねぎ	
12	木	チキンカレー	チキンカレー・春雨サラダ・フルーツヨーグルト	ホットケーキ	鶏肉	じゃがいも	玉ねぎ・人参・きゅうり・もやし	
13	金	ふりかけごはん	豆腐とねぎの味噌汁・肉じゃが・野菜の胡麻和え	ピザトースト	豆腐・豚肉	ごま・砂糖	ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草	
14	土	けんちんうどん	けんちんうどん・ジャーマンポテト・チーズ	パン・ゼリー	ウィンナー	じゃがいも・うどん	人参・さやいんげん・ねぎ	
16	月	ごはん	豆腐となめこの味噌汁・鮭の塩焼き・ゆかり和え	ゼリー・せんべい	鮭	油	ねぎ・キャベツ・人参・もやし	
17	火	スタミナ丼	春雨スープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル	じゃこせんべい	豚肉	ごま油	えのき・ねぎ・玉ねぎ・もやし・人参	
18	水	食パン	コーンスープ・ミートローフ・野菜サラダ	五平餅風おにぎり	豚肉	マヨネーズ	玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ	
19	木	ごはん	かきたまスープ・鶏肉のマスタード焼き・サラスパサラダ	きな粉プリン	鶏肉・鶏卵・ハム	スパゲティー・油	しめじ・玉ねぎ・人参・きゅうり	
21	土	なめこうどん	なめこうどん・チーズポテト焼き	パン・ゼリー	ウィンナー	じゃがいも・うどん	人参・ねぎ・さやいんげん	
23	月	カレーピラフ	カレーピラフ・シチュー・コールスローサラダ	誕生日おやつ	豚肉・ハム	じゃがいも・ドレッシング	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり	
24	火	ごはん	えのきと麩の味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・千草和え	蒸しパン	鶏肉・鶏卵	ドレッシング・ごま	えのき・ねぎ・玉ねぎ・ほうれん草	
25	水	ごはん	小松菜と油揚げの味噌汁・鮭の照り焼き・野菜の磯和え	揚げじゃが	鮭	油	小松菜・大根・人参・きゅうり	
26	木	炊き込みご飯	豚汁・すき昆布	ゼリー・せんべい	豚肉・ツナ	じゃがいも・油	人参・大根・ねぎ・さやいんげん	
27	金	ロコモコ丼	コンソメスープ・ツナサラダ	フルーツパン	豚肉・ツナ・鶏卵	ドレッシング	玉ねぎ・もやし・キャベツ・きゅうり	
28	土	きつねうどん	きつねうどん・鶏ささみと野菜の和え物・チーズ	パン・ゼリー	鶏ささみ	うどん	人参・もやし・キャベツ・ねぎ	
30	月	ごはん	豆腐とわかめの味噌汁・厚焼き卵・おかか和え	牛乳寒天	豆腐・鶏肉	油	ねぎ・人参・さやいんげん・キャベツ	
31	火	中華丼	わかめスープ・中華煮・春雨サラダ	栗餡春巻き	豚肉	ごま油・ごま	人参・もやし・きゅうり・椎茸	

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください。