

3月こんだてひょう

みんなのとおぽこども園

曜日	日付	お昼ご飯	おやつ	主な材料
土	1 29	ほうとう ツナサラダ ゼリー	チーズスティック 麦茶	うどん 南瓜 ツナ缶 レタス 胡瓜 チーズ 食パン 豚肉 竹輪 しめじ
月	3	ひな祭りカップごはん ハンバーグ グリーンサラダ 三食花ゼリー 花麩のすまし汁	いちごショートケーキ ひなあられ 麦茶	精白米 鮭フレーク コーン缶 豚ひき肉 レタス 胡瓜 花麩はんぺん 生クリーム しめじ えのき 玉ねぎ
火	4	ごはん 手作り春巻き もやしのナムル 青梗菜のスープ 清見オレンジ	担々麺 麦茶	精白米 春雨 もやし 人参 椎茸 レンソウ チンゲン菜 ネギ 生中華麺 豚ひき肉 胡瓜 ごま
水	5	ナポリタンスパゲティー フルーツサラダ 白菜スープ ヨーグルト	きな粉揚げパン 豆乳	パスタ ウインナー 玉ねぎ ピーマン 人参 レタス ピンナップル りんご みかん 胡瓜 白菜 えのき コッペパン きな粉
木	6	ごはん ザクザクチキン 白和え なめこの味噌汁 いちご	手作り肉まん 麦茶	精白米 コーンフレーク 鶏肉 豆腐 こんにゃく 人参 しめじ なめこ しいたけ 玉ねぎ 長ネギ 豚ひき肉
金	7	炊き込みご飯 豆腐ステーキ 青菜のすまし汁 りんご	レアチーズケーキ 麦茶	精白米 椎茸 ごぼう 人参 つきこん 豆腐 えのき しめ じ青菜 ネギ クリームチーズ 豆乳生クリーム
土	8	豚の生姜焼き丼 レタスの塩昆布和え 具沢山味噌汁 ゼリー	タルト 麦茶	精白米 豚肉 生姜 玉ねぎ レタス 塩昆布 胡瓜 人参 こんにゃく 大根 竹輪 じゃが芋
月	10	マーボー丼 春雨サラダ もやしのスープ バナナ	アップルパイ(アイス添え) 豆乳	精白米 豚ひき肉 豆腐 春雨 胡瓜 もやし ネギ バイシート りんご アイスクリーム
火	11	パン チキン南蛮 チーズサラダ えのきスープ ヨーグルト	ジャージャー麺 麦茶	鶏肉 ピクルス 玉ねぎ マヨネーズ チーズ レタス 胡瓜 えのき 生中華麺 豚ひき 胡瓜 ネギ
水	12	お別れ会	パフェ 豆乳	パスタ たまねぎ ダイストマト 人参 しいたけ レタス チーズ 胡瓜 豆苗 ネギ ヨーグルト プリッツ
木	13	ごはん もやしのチーズ焼き 温野菜のサラダ 崩し豆腐の清汁 清見オレンジ	マカロニきな粉黒蜜 麦茶	精白米 もや チーズ ひき肉 じゃが芋 ブロッコリー 人参 豆腐 マカロニ 黒蜜 きな粉
金	14 28	チキンカレー ブロッコリーサラダ 大根スープ いちご	シュガーチーズパン (28日ステックマヨコーンパン) 豆乳	精白米 鶏肉 ウインナー ブロッコリー レタス 胡瓜 大根 ネギ チーズ 食パン コーン缶 マヨネーズ
月	17	三食丼(鮭・豆腐・そばろ) バナナ キャベツの塩昆布和え ネギの味噌汁	キャラメルボーロ 豆乳	精白米 鮭 豆腐 とりひき キャベツ 塩昆布 人参 ネギ まめ麩
火	18	ごはん 魚とチーズの春巻き ブロッコリーのサラダ じゃが芋の味噌汁 清見オレンジ	チョコチップスコーン 豆乳	精白米 カレイ チーズ 春巻きの皮 ブロッコリー レタス じゃがいも ネギ チョコチップ
水	19	ごはん 棒餃子 チョレギサラダ もやしのスープ バナナ	ココアロールパン 豆乳	精白米 豚ひき ネギ 白菜 レタス 豆腐 海苔 もやし ネギ ココア
金	21	味噌煮込みうどん わかめの酢の物 ヨーグルト	わんぱくおにぎり 麦茶	ほうとううどん 八丁味噌 ネギ 豚肉 竹輪 しめじ 油揚げ わかめ えのき 胡瓜 ウインナー 精白米 胡麻
月	24	ごはん 唐揚げ グリーンサラダ じゃが芋の味噌汁 バナナ	マカロニきな粉黒蜜 麦茶	精白米 鶏肉 レタス 胡瓜 じゃが芋 マカロニ きな粉 黒蜜
火	25	パン 白身魚のグラタン カニカマサラダ 白菜スープ ヨーグルト	塩昆布焼きそば 麦茶	カレイ 玉ねぎ チーズ しめじ じかニカマ レタス 胡瓜 白菜 ネギ 蒸し中華麺 塩昆布 キャベツ 豚肉 人参 もやし
水	26	豚骨醤油ラーメン 野菜のナムル 清見オレンジ	手作りピザ 豆乳	生中華麺 豚肉 ほうれん草 もやし 海苔 人参 ネギ ウインナー コーン缶 チーズ
木	27	ごはん スパイシーチキン パナナ 温野菜のサラダ 豆腐の清汁	グレーズドパウンドケーキ 豆乳	精白米 鶏肉 コーンフレーク じゃが芋 人参 ブロッコ リー 粉砂糖 ミックス粉 豆腐 ネギ マヨネーズ
月	31	太巻き たたき胡瓜の昆布和え 豚汁 バナナ	ソース焼きそば 麦茶	精白米 白菜 胡瓜 玉子焼き 切干大根 胡瓜 椎茸 昆布茶 大根 人参 豚肉 油揚げ 竹輪 里芋 ネギ こんにゃく 蒸し中華麺 キャベツ もやし 人参

3月の献立を立てるに当たり、ぐんぐんさんに給食の中でもう一度食べたいものを聞いてみました。聞いた中で人気のある上位のメニューを取り入れる事を考えましたが、子どもたちの意見をまんべんなく取り入れたい思いもあり、献立を考えました。本来は2週間のサイクルメニューが基本ですが、みんなの思いを入れてみると14種類より多くなり、少々偏りのある献立にはなってしまうかもしれませんが、ご了承下さい。
ぐんぐんさんは小学校でも楽しい食事をしてほしいと思います。
1年間ありがとうございました。

