



給食よていこんだて <3月> (浜寺太陽幼稚園)

今日は、みんなが考えてくれた「リクエストメニュー」が献立の中に入っているよ!!



| 日付         | こんだて  | ちからがでる<br>きいろ                     | おおきくなる<br>あか                  | げんきになる<br>みどり                                   | その他                 |
|------------|---|-----------------------------------|-------------------------------|---|---------------------|
| 1日<br>木曜日  | ハンバーグ インゲンのソテー<br>フライドポテト<br>ごはん 具だくさんのみそ汁 オレンジ   | パン粉、油<br>じゃが芋<br>米                | 牛肉、豚肉、鶏肉<br>油揚げ、若布、みそ         | 玉葱、インゲン<br>大根、白菜、オレンジ                           | 塩、こしょう<br>ケチャップ、ソース |
| 2日<br>金曜日  | ちらし寿司<br>鶏の唐揚げ 三色野菜のお浸し<br>花麩と三つ葉のすまし汁 いちごのせかステラケーキ   | 米、砂糖<br>片栗粉、油<br>花麩、カステラ          | でんぶ、卵、のり<br>鶏肉<br>ホイップクリーム    | 干瓢、椎茸、人参、蓮根、筍、胡瓜<br>生姜、ニンニク、青菜、キャベツ<br>三つ葉、苺    | 酢、塩<br>みりん          |
| 5日<br>月曜日  | 自分で混ぜてね!!混ぜ混ぜチャーハン<br>ウィンナー入り若布スープ スチームドブロッコリー<br>肉じゃがコロッケ リンゴ  | 米、油<br>じゃが芋<br>コロッケの衣             | 鶏肉、卵<br>ウィンナー、若布<br>コロッケの具    | 玉葱、葱、ピーマン<br>キャベツ、ブロッコリー<br>リンゴ                 | 塩、こしょう<br>コンソメ      |
| 6日<br>火曜日  | お野菜たっぷりソース焼きそば<br>チキンナゲット れんこんチップ<br>グレープゼリー  | 焼きそば、油                            | 豚肉<br>チキンナゲット<br>ゼリー          | キャベツ、もやし<br>赤・黄パプリカ<br>青菜、木耳、蓮根                 | ソース<br>塩            |
| 7日<br>水曜日  | エビフライのタルタルソース添え<br>和風野菜炒め ごはん<br>大根と若布のみそ汁 プリンアラモード   | 小麦粉、パン粉、油<br>マヨネーズ<br>砂糖、米        | エビ、卵<br>若布、みそ<br>プリン、ホイップクリーム | 玉葱、胡瓜<br>蓮根、人参、ピーマン、蒟蒻<br>大根、パイン缶、みかん缶          | 塩、こしょう<br>みりん       |
| 8日<br>木曜日  | 園で焼きたてメロンパン 100%リンゴジュース<br>ハッシュド・ポテト トマト<br>具だくさんのスパサラダ パイナップル  | メロンパン<br>じゃが芋、油<br>スパゲティ、マヨネーズ    | ツナ缶                           | 100%ジュース、トマト<br>胡瓜、コーン、玉葱、人参<br>パイナップル          | 塩、こしょう              |
| 9日<br>金曜日  | カレーライス<br>キャンディチーズ コールスロー<br>バナナ  | 米、油、じゃが芋<br>カレールウ                 | 豚肉<br>チーズ                     | 玉葱、人参<br>キャベツ、コーン、胡瓜<br>バナナ                     | 手作りドレッシング           |
| 12日<br>月曜日 | <b>年長</b> <span style="margin-left: 200px;"><b>バイキングの日</b></span>   |                                   |                               |   |                     |
|            | <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>年中<br/>年少</b> </div> 鶏の唐揚げ 手作りミニハンバーグ(テリヤキソース)<br>フライドポテト コーンとブロッコリーのサラダ<br>菜めしごはん 花ふと三つ葉のすまし汁 ゼリーアラモード | 片栗粉、油、パン粉、砂糖<br>じゃが芋、マヨネーズ<br>米、麩 | 鶏肉、牛肉、豚肉<br>ゼリー、ホイップクリーム      | 生姜、ニンニク、玉葱<br>コーン、ブロッコリー<br>菜めしの素、三つ葉、パイン缶、みかん缶 | みりん、塩、こしょう          |

2日、5日、6日、7日、9日、12日は、スプーンをもってきてね!

