

3月 給食献立予定表

令和4年3月1日
カトリック長浜こども園

日 付	曜 日	献立名	主な材料名				おやつ (★手作り)	
			1群 (栄養を完全にする)	2群 (肉や血を作る)	3群 (体の調子をよくする)	4群 (力や体温となる)		
1	火	松風焼き じゃこの酢の物 黒豆煮 わかめのみそ汁	牛乳 卵	鶏ミンチ しらす干し ちくわ 黒豆 わかめ 油あげ	玉ねぎ 葱 キャベツ きゅうり 人参	米・麦	★黒豆ジュース 菓子	
2	水	魚のみそ煮 ゆかり和え 豆乳豚汁	牛乳 スキムミルク	さわら 豚肉 豆乳	キャベツ もやし 人参 玉ねぎ ごぼう 大根 白菜 葱	米・麦	★手作りヨーグルト 菓子	
3	木	ひなまつり定食 菜の花ちらし 鮭フライ シェルサラダ* 花麩のお吸い物	牛乳 卵	油あげ 色板 鮭 ハム わかめ	人参 干椎茸 菜の花 きゅうり りんご ほうれん草	米・麦 シェルマカロニ 花麩	★いちごゼリー ひなあられ	
4	金	中華風あんかけ焼きそば シーチキンサラダ*	牛乳 スキムミルク	豚肉 シーチキン 浜しぐれ	人参 玉ねぎ キャベツ 干椎茸 竹の子 ピーマン きゅうり	ロールパン 中華麺	スキムミルク 菓子	
7	月	麻婆豆腐 揚げキョーザ* 酢の物	牛乳	豆腐 豚ミンチ ちくわ 浜しぐれ	葱 人参 干椎茸 キャベツ きゅうり	米・麦	ソファール 菓子	
8	火	 ゆり組 リクエストメニュー 鮭の生姜焼き 昆布和え じゃがいものみそ汁	牛乳 スキムミルク	鮭 塩昆布 油あげ	キャベツ もやし 人参 玉ねぎ じゃがいも 葱	米・麦	スキムミルク ★りんごジャムサンド*	
9	水	タンドリーチキン ひじきサラダ* 五目スープ*	牛乳 スキムミルク	かしわ ひじき するめ	玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり 干椎茸	コッペパン	ミルクココア 菓子	
10	木	お弁当の日					★カナッペ ジョア	
11	金	魚の南蛮漬 ポテトサラダ* 大根汁	牛乳 スキムミルク	さわら ハム 油あげ	人参 玉ねぎ ピーマン じゃがいも きゅうり りんご 大根 葱	米・麦	スキムミルク 菓子	
14	月	ミートボール ミックスサラダ* ほうれん草スープ*	牛乳 卵	合びきミンチ ハム	人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり りんご ほうれん草	コッペパン スパゲッティ	★生ジュース 菓子	
15	火	ハヤシライス 和風サラダ* つぼ漬	牛乳	牛肉 しらす干し ちくわ	人参 玉ねぎ しめじ きゅうり キャベツ レタス トマト	米・麦	★おにぎり	
16	水	ポークビーンズ* サラダスパ*	牛乳 スキムミルク	豚肉 大豆 シーチキン	人参 玉ねぎ しめじ じゃがいも きゅうり トマト	食パン スパゲッティ	スキムミルク 菓子	
17	木	おたのしみランチ 鶏ごぼう飯 白身フライ 春雨サラダ* わかめスープ* 以上児:ロールケーキ 未満児:フルーツ	牛乳 卵	かしわ ホキ ハム わかめ	ごぼう 春雨 きゅうり りんご 人参 玉ねぎ	米・麦	未満児 ロールケーキ 以上児 フルーツ 菓子	
18	金	 ばら組 リクエストメニュー 肉じゃが かつお和え 納豆	牛乳	牛肉 納豆	じゃがいも 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく キャベツ もやし ほうれん草	米・麦	花見団子	
22	火	  ゆり組 ばら組 リクエストメニュー サンドイッチ 肉コロッケ 野菜スープ*	牛乳 卵 スライスチーズ*	ハム シーチキン 牛豚ミンチ	きゅうり じゃがいも 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草	食パン	★おはぎ	
23	水	鮭の西京焼き わかめの酢の物 かき玉汁	牛乳 卵 スキムミルク	鮭 わかめ ちくわ	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ ほうれん草	米・麦	スキムミルク 菓子	
24	木	  ゆり組 ばら組 リクエストメニュー カツカレー ごま風味サラダ* 福神漬	牛乳 卵	豚肉 ちくわ しらす干し	人参 玉ねぎ じゃがいも キャベツ きゅうり レタス トマト	米・麦	★バナナケーキ	
28	月	未満児	おにぎり 具だくさんみそ汁	牛乳 スキムミルク	豚肉 油あげ	人参 玉ねぎ じゃがいも 大根 白菜 葱	米・麦	スキムミルク 菓子
29	火		クリームシチュー	牛乳	豚肉	人参 玉ねぎ じゃがいも キャベツ しめじ	コッペパン	果物 菓子
30	水		豚肉の生姜焼き じゃがいものみそ汁	牛乳 スキムミルク	豚肉 油あげ	人参 玉ねぎ じゃがいも	米・麦	スキムミルク 菓子
31	木		カレーライス	牛乳	牛肉	人参 玉ねぎ じゃがいも	米・麦	ヤクルト 菓子

※ 材料の都合により、献立の一部が変更することがあります。

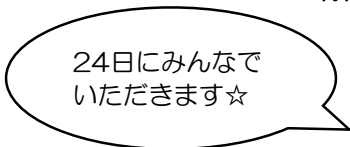
早いもので・・・



今年度も残すところあと1か月となりました。
ゆり組・ばら組さんは卒園を迎えます。

今年度も新型コロナウイルス感染拡大防止や大雪のため、いろいろ制限のあった1年でした。そんな中でも、いつも元気いっぱい給食をしっかりと食べてくれていたゆり組・ばら組さん。
3月の献立にはゆり組・ばら組さんが選んでくれた人気メニューが入っています。おたのしみに！

残り少ないこども園生活を楽しみ、小学生になってもいろいろな食べ物をしっかりと食べて、元気に成長して行ってほしいと願っています☆



バナナケーキ (作りやすい分量)

- ホットケーキミックス 200g
- バター 80g
- 砂糖 60g
- バナナ 150g
- たまご 1個
- 牛乳 100ml



〈作り方〉

- ① バターを湯せんか電子レンジで溶かしておく。
- ② ボウルに卵を溶きほぐし、砂糖を加えてよく混ぜる。
- ③ ホットケーキミックスを加えて混ぜたら、バナナを細かくつぶして加える。
- ④ ①を加えて混ぜる。
- ⑤ アルミカップなどに入れて、180℃のオーブンで15分くらい焼く。



そつえんおめでとう

