

3月 給食予定献立表

令和5年

未満児

日 曜	10時	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	栄養量
1 水	ソフトサラダ 牛乳	ごはん 豚肉と野菜の炒め物 かぼちゃサラダ 味噌汁 オレンジ	ゼリーとせんべい 麦茶	牛乳・豚肉・ハム・スキムミルク・豆腐 油揚げ・味噌	771773・米・砂糖・ごま油 マヨネーズ・イリ・パプリカ・ナツ	キャベツ・ブロッコリー・玉葱・人参 もやし・しいたけ・ピーマン・南瓜 きゅうり・わかめ・オレンジ	505 1.6
2 木	星たべよ 牛乳	卵とじうどん ひじき入りチキンボール ごぼうサラダ パナナ	黒糖ケーキ 麦茶	牛乳・豚肉・卵・ハム	星たべよ・うどん・砂糖・黒糖・ケーキ	玉葱・人参・しいたけ・長ねぎ ほうれん草・ごぼう・いんげん・もやし パナナ	475 2
3 金	雪の宿 牛乳	ひな祭り お楽しみメニュー	ロールケーキ 麦茶	牛乳・油揚げ・鶏糸卵・鶏肉 味噌・かまぼこ・おひた	雪の宿・米・砂糖・はるさめ・ごま油 麩・卵・砂糖・キ	生しいたけ・れんこん・人参 いんげん・きゅうり・人参・もやし わかめ・玉葱・パイン缶 いちご	496 1.8
4 土	ぼたぼた焼	チキンライス コンソメスープ	カステラドーナツ	鶏肉・チーズ・卵	ぼたぼた焼・米・砂糖・油 カステラドーナツ	玉葱・人参・ブロッコリー・ほうれん草	380 2
6 月	ハッピーターン 牛乳	ごはん タラの野菜あんかけ 納豆サラダ 味噌汁 りんご缶	パンケーキ 麦茶	牛乳・たら・納豆・油揚げ・味噌・卵	ハッピーターン・米・小麦粉・油・砂糖 片栗粉・マヨネーズ ホットケーキミックス・バター	玉葱・人参・ほうれん草・もやし きゅうり・わかめ・りんご缶 パイン缶	532 1.8
7 火	ぼたぼた焼 牛乳	誕生会 お楽しみメニュー	ケーキ 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・竹輪 おひた	ぼたぼた焼・米・じゃが芋・油 マヨネーズ・ケーキ	玉葱・人参・しめじ・ブロッコリー ブロッコリー・ブロッコリー・もやし・みかん	574 1.7
8 水	ばりんこ 牛乳	サンドイッチ(卵・ジャム) タンダーリーチキン ほうれん草とツナのサラダ コンソメスープ バイン缶	青菜ごはん 麦茶	牛乳・卵・鶏肉・ヨーグルト・ツナ	ばりんこ・食パン・いちごジャム マヨネーズ・油・ごま・砂糖・米	ほうれん草・人参・キャベツ・もやし バイン缶	479 1.7
9 木	ばかうけ 牛乳	豚肉とじゃがいも ツナサラダ パナナ	ミニピザまん 麦茶	牛乳・豚肉・なると・ツナ	ばかうけ・うどん・砂糖・マヨネーズ ピザまん	玉葱・人参・しいたけ・ほうれん草 長ねぎ・キャベツ・ブロッコリー・コーン パナナ	473 1.7
10 金	ソフトサラダ 牛乳	お別れ会 そうじ組クイズメニュー	プリン 麦茶	牛乳・豆腐・納豆・かつお節・卵	771773・米・片栗粉 調合油	玉葱・人参・しいたけ・ほうれん草 玉葱・しいたけ・オレンジ・いちご	511 1.7
11 土	ぼたぼた焼	焼きそば 中華スープ	牛乳ケーキ	豚肉	ぼたぼた焼・焼きそば・油 牛乳ケーキ	キャベツ・人参・もやし・豆腐・玉葱 わかめ	417 2.2
13 月	星たべよ 牛乳	ごはん カレイの照り焼き 切り干し大根サラダ キャベツの味噌汁 りんご缶	ミルクもち 麦茶	牛乳・カレイ・ハム・味噌・きん粉	星たべよ・米・油・マヨネーズ・砂糖 片栗粉	切干大根・人参・いんげん・キャベツ ほうれん草・りんご缶	447 1.6
14 火	雪の宿 牛乳	ごはん メンチカツ 根巻汁 シラスとキャベツの磯和え オレンジ	ミニ今川焼(カスタード) 麦茶	牛乳・しらす・油揚げ・味噌 スキムミルク	雪の宿・米・油・ごま・砂糖・ごま油 今川焼(カスタード)	キャベツ・きゅうり・人参・もやし のり・大根・ごぼう・オレンジ	494 1.5
15 水	ハッピーターン りんごジュース	ごはん 鶏肉の甘辛煮 マカロニサラダ すまし汁 バイン缶	フレンチトースト 牛乳	鶏肉・ハム・スキムミルク・牛乳・卵	ハッピーターン・米・砂糖・マカロニ マヨネーズ・食パン	りんごジュース・キャベツ・きゅうり・人参 コーン・玉葱・しいたけ バイン缶	504 1.9
16 木	ぼたぼた焼 牛乳	焼きそば 中華スープ カリフラワーのサラダ パナナ	おかかごはん 麦茶	牛乳・豚肉・鶏肉・豆腐・魚かつお節	ぼたぼた焼・中華スープ・油・ごま ごま油・砂糖・米	キャベツ・玉葱・もやし・人参・豆腐 きゅうり・ブロッコリー・トマト・ブロッコリー しいたけ・パナナ	460 1.8
17 金	ばりんこ 牛乳	カレーライス みかん缶 コールスローサラダ 小松菜のスープ	サッポロポテト 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・ハム	ばりんこ・米・じゃがいも・油 マヨネーズ・砂糖・オリーブオイル	玉葱・人参・キャベツ・きゅうり コーン・小松菜・もやし・みかん	487 1.9
18 土	ぼたぼた焼	ナポリタン コンソメスープ	ムーンライト	ハム・ベーコン	ぼたぼた焼・ナポリタン 油・砂糖・ミネラル	玉葱・ピーマン・わかめ	399 1.7
20 月	ばかうけ 牛乳	ごはん 魚のしょうゆ漬 納豆サラダ 味噌汁 りんご缶	さつま芋煮しパン 麦茶	牛乳・さくら・納豆・味噌・卵	ばかうけ・米・小麦粉・砂糖・油 マヨネーズ・さつま芋 ホットケーキミックス	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり 玉葱・キャベツ・りんご缶	526 1.8
22 水	星たべよ 牛乳	ごはん マーボー豆腐 春雨の和え物 中華スープ パナナ	磯風味ポテトフライ 麦茶	牛乳・豆腐・豚肉・味噌 かまぼこ	星たべよ・米・油・砂糖・片栗粉 はるさめ・ごま油・フライドポテト	玉葱・しいたけ・きゅうり・人参 もやし・わかめ・パナナ・青粉	535 1.9
23 木	雪の宿 牛乳	ロールパン チキンナゲット シルバーサラダ コンソメスープ バイン缶	ヨーグルト 麦茶	牛乳・鶏肉・卵・ハム・ヨーグルト	雪の宿・ロールパン パン粉・油・はるさめ・マヨネーズ	人参・きゅうり・キャベツ・ほうれん草 しいたけ・バイン缶	461 1.8
24 金	ハッピーターン 牛乳	ごはん 肉じゃが ほうれん草としめじの炒め物 豆腐の味噌汁 オレンジ	マンナビスケット 麦茶	牛乳・豚肉・ベーコン・豆腐・味噌	ハッピーターン・米・じゃが芋・油・砂糖 マナビスケット	玉葱・人参・ブロッコリー・ほうれん草 しめじ・コーン・大根・わかめ オレンジ	495 1.5
25 土	ぼたぼた焼	煮込みうどん フルーツ缶	カスタードケーキ	豚肉	ぼたぼた焼・うどん・おひた・ナツ	玉葱・人参・いんげん バイン缶	366 1.3
27 月	ぼたぼた焼 牛乳	ごはん 鮭のチーズパン粉焼 ひじき炒め煮 味噌汁 バイン缶	キャロットケーキ 麦茶	牛乳・鮭・チーズ・油揚げ・味噌・卵	ぼたぼた焼・米・パン粉・油・砂糖 ホットケーキミックス・バター	ひじき・しいたけ・人参・いんげん キャベツ・もやし バイン缶	480 1.6
28 火	ばりんこ 牛乳	豚丼 さつま芋サラダ 味噌汁 みかん缶	お麩スナック 麦茶	牛乳・豚肉・ハム・スキムミルク・味噌	ばりんこ・米・砂糖・さつまいも マヨネーズ・麩・バター	玉葱・ごぼう・人参・いんげん きゅうり・ほうれん草・しいたけ みかん	532 1.6
29 水	ばかうけ 牛乳	ごはん ローストチキン シーザーサラダ風 りんご缶 コンソメスープ	ムースとせんべい 麦茶	牛乳・鶏肉・ベーコン・チーズ スキムミルク	ばかうけ・米・油・マヨネーズ・ムース 星たべよ	玉葱・きゅうり・キャベツ・人参・もやし ブロッコリー・りんご缶	479 1.9
30 木	ソフトサラダ 牛乳	たぬきうどん 厚焼き卵 ポテトサラダ パナナ	ホットケーキ 麦茶	牛乳・鶏肉・かまぼこ	771773・せんべい・うどん・小麦粉 調合油・じゃがいも・マヨネーズ ホットケーキ・メープルシロップ	ほうれん草・豆腐・しいたけ・人参 きゅうり・パナナ	499 1.8
31 金	ハッピーターン 牛乳	ごはん コロッケ ひじきとツナのサラダ 豚汁 オレンジ	クリームコロン 麦茶	牛乳・ツナ・豚肉・豆腐・味噌	ハッピーターン・米・ポテトコロッケ・油 ごま・砂糖・クリームソーダ	ひじき・きゅうり・人参・もやし・大根 ごぼう・長ねぎ・オレンジ	483 1.5

都合により、内容を少々変更する場合があります。オレンジ、みかんの時は1歳児はみかん缶になります。(土)に、飲み物は付きません。

牛久さくら保育園