

日	曜	10時おやつ	主食	昼食献立名	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
					きいろ	あか	みどり	
1	日							
2	月	ぎゅうにゅう てつカルウエース	ごはん	さかなのゆうやけソース ほうれん草のごまあえ みそしる	じゃがいも、片栗粉、 マヨネーズ、油、砂 糖、米	たら竜田、ミルク、み そ、かつお節	ほうれんそう、キャベツ、にんじん、 たまねぎ、しめじ、しいたけ、すりこ ま	ミルク しろいふうせん
ひなまつり こんだて								
3	火	ぎゅうにゅう たべつこどうぶつ	ごはん	ちらしずし はながたどうふハンバーグ スモールパン プロccoli すましじる	米、油、砂糖	花型豆腐ハンバー グ、卵、かつお節	パイナップル、ほうれんそう、たまね ぎ、しいたけ、にんじん、さやえんどう 、プロccoli、きざみのり	カルピス ひなあられ ケーキ
4	水	ぎゅうにゅう えびまんげつ	ごはん	あつやきたまご れんこんのきんぴら みそしる	さつまいも、油、砂 糖、米	卵、生クリーム、薄揚 げ、みそ、かつお節、 しらす、さくらえび	バナナ、れんこん、もも缶、パイ ン缶、にんじん、えのきたけ、ピーマ ン、ねぎ、グリーンピース、いりごま	フルーツクリーム
5	木	ぎゅうにゅう オレンジ	パン	ミートスパゲティ プロccoli わかめスープ	スパゲティ、油、パ ター、ロールパン	木綿豆腐、ミルク、豚 ひき肉、粉チーズ	たまねぎ、プロccoli、はくさい、 にんじん、ピーマン、グリーンピース、 カットわかめ	ミルク ほしたべよ
6	金	ぎゅうにゅう まるぼうろ	ごはん	キャベツのクリームに コーン、いりおひたし トマト	じゃがいも、砂糖、米	ミルク、鶏もも肉、牛 乳	トマト、キャベツ、もやし、ほうれん そう、たまねぎ、にんじん、しめじ、 コーン	ミルク みかんゼリー
7	土		パン	パン 牛乳 バナナ まんがソーセージ	ロールパン	牛乳、まんがソー セージ	バナナ	おちゃ せんべい
8	日							
9	月	ぎゅうにゅう カルシウムせんべい	ごはん	さかなのムニエル ポイルキャベツ トマト みそしる	小麦粉、ごま油、油、 バター、米	牛乳、真だら、薄揚 げ、みそ、かつお節	トマト、だいこん、キャベツ、にんじ ん、なめこ、コーン、たまねぎ、ねぎ	ぎゅうにゅう コーンチヂミ
10	火	ぎゅうにゅう ぱりんこ	ごはん	わかめごはん チキンナゲット マカロニサラダ トマト フライポテト(以上児のみ) コンスープ セリー	マカロニ、フライポ テト、ノンエッグマヨ ネーズ、油、米	チキンナゲット、ウイ ンナー	きゅうり、にんじん、コーン、トマト、 たまねぎ、パセリ、わかめ	おちゃ さくらもち(以上児) かつおびせん(未調製)
11	水	ぎゅうにゅう ポーロ	ごはん	はつぼうさい ナムル トマト	ごま油、砂糖、片栗 粉、米	牛乳、うずら卵、豚 肉、えび、いか	バナナ、トマト、はくさい、キャベツ、 きゅうり、もやし、にんじん、たけの こ、干しいたけ	ぎゅうにゅう バナナ
12	木	ぎゅうにゅう ぱりんこのり	ごはん	スペインふうオムレツ こふさいも ワタンスープ	じゃがいも、ワタン の皮、油、米	ミルク、スペイン風オ ムレツ、豚肉	もやし、たまねぎ、にんじん、ねぎ	ミルク ビスコ
13	金	ぎゅうにゅう ももかん	パン	やきそば プロccoli コンソメスープ	焼きそばめん、油、 ロールパン	ミルク、木綿豆腐、豚 肉	キャベツ、プロccoli、たまねぎ、 ほうれんそう、もやし、にんじん、 ピーマン	ヨーグルジョイ パームクーヘン
14	土		パン	パン 牛乳 バナナ まんがソーセージ	ロールパン	牛乳、まんがソー セージ	バナナ	おちゃ せんべい
15	日							
16	月	ぎゅうにゅう ブリッツ	ごはん	カレーライス スティックきゅうり フルーツサラダ	じゃがいも、油、米	ミルク、豚肉、ヨーグ 	たまねぎ、バナナ、きゅうり、にんじ ん、もも缶、みかん缶、パイナップ 缶、グリーンピース	ミルク おっどと

日	曜	10時おやつ	主食	昼食献立名	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
					きいろ	あか	みどり	
17	火	ぎゅうにゅう ソフトサラダ	ごはん	にくじゃが ほうれんそうのしらすあえ トマト	じゃがいも、砂糖、米	牛乳、豚肉、しらす	バナナ、ほうれんそう、トマト、たま ねぎ、にんじん、つきごんにゃく、い んげん、すりごま	ぎゅうにゅう バナナ
18	水	ぎゅうにゅう クリケット	ごはん	かぼちゃサンドフライ なんちゃってスパゲティ	油、米	かぼちゃサンドフライ、 木綿豆腐、ミルク、 ク、ベーコン、みそ、 かつお節	ほうれんそう、もやし、たまねぎ、に んじん、ねぎ、ピーマン、しめじ、切 り干しだいこん	ミルク 米粉タルト
アレルギーフリー のひ								
19	木	どうにゅう ハッピーターン	ごはん	やきざかな ひじきに トマト みそしる	油、砂糖、米	どうにゅう、鮭、厚揚 げ、さつま揚げ、み そ、かつお節	オレンジ、トマト、キャベツ、たまね ぎ、にんじん、しめじ、いんげん、ひ じき	どうにゅう オレンジ
20	金							
21	土							
そつえんしき								
22	日							
23	月	ぎゅうにゅう カルテツスティック	ごはん	さかなのフライ あおなのきりぼしあえ すましじる	パン粉、油、小麦粉、 米	カツオフライ、ミル ク、かまぼこ、かつお 節	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、 しいたけ、ねぎ、切り干しだいこん	ミルク チョイス
24	火	ぎゅうにゅう オレンジ	パン	やさしいラーメン ぎょうざ プロccoli	ゆで中華めん、油、 ロールパン	ぎょうざ、ミルク、豚 肉	プロccoli、キャベツ、もやし、た まねぎ、メンマ、ねぎ、にんじん	ミルク ミニたいやき
25	水	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ごはん	ポークビーンズ フレンチサラダ スモールパン	じゃがいも、油、砂 糖、米	ミルク、豚肉、蒸し大 豆	たまねぎ、カットトマト缶詰、にんじ ん、コーン、プロccoli、キャベツ、 パセリ粉、パイナップル	ミルク アンパンマンビスケット
26	木	ぎゅうにゅう ホームパイ	ごはん	にくどうふ カブのしおこんがあえ かぼちゃのにも	砂糖、油、米	木綿豆腐、ミルク、豚 肉	かぼちゃ、かぶ、チンゲンサイ、たま ねぎ、にんじん、ねぎ、しめじ、干し しいたけ、塩こんが	ミルク ゆきのやどにくとうミルク)
27	金	ぎゅうにゅう とんがりコーン	ごはん	チーズオムレツ なっとうあえ トマト みそしる	焼ふ、バター、砂糖、 油、米	牛乳、卵、挽きわり納 豆、薄揚げ、チーズ、 みそ、かつお節	トマト、ほうれんそう、たまねぎ、は くさい、もやし、ねぎ、にんじん、え のきたけ、パセリ	ぎゅうにゅう ふのラスク
28	土		パン	パン 牛乳 バナナ まんがソーセージ	ロールパン	牛乳、まんがソー セージ	バナナ	おちゃ せんべい
29	日							
30	月	ぎゅうにゅう ハーベスト	ごはん	おやこに ツナサラダ トマト	ホットケーキ粉、じゃ がいも、油、砂糖、米	ミルク、卵、ツナ水 煮、鶏肉、かつお節	トマト、たまねぎ、キャベツ、にんじ ん、きゅうり、グリーンピース、干し しいたけ	ミルク まがりせんべい
31	火	ぎゅうにゅう マリー	パン	あんかけうどん はくさいのいそあえ トマト	ゆでうどん、片栗粉、 砂糖、ロールパン	ミルク、鶏肉、かつお 節	トマト、もやし、はくさい、たまねぎ、 にんじん、しめじ、こまつな、ねぎ、 きざみのり、干しぶどう	ぎゅうにゅう レーズンむしぼん



☆ 3月18日は『なんちゃってスパゲティ(切り干し大根のケチャップ炒め)』です。
滑川市内の保育園の栄養士さん・調理員さんが考えたおすすめメニュー。
子どもたちに人気なナポリタン風一品です。
滑川市広報3月号にも掲載！
レシピはクックパッド滑川市公式キッチンからどうぞ☆

