平成31年　3月　　こんだてよていひょう

日	曜日	午前のおやつ（乳児）	副　食（乳幼児）	3時のおやつ（乳幼児）	赤 血や肉や骨になるもの	黄 熱や力になるもの	緑 体の調子をととのえるもの
1	金	（ひなまつり） 牛乳	五目ちらし　千切りキャベツ　ミニトマト ☆ハムカツ　すまし汁　☆オレンジ	桃のゼリー	牛乳　卵　ハム　わかめ 生クリーム	精白米	キャベツ　ミニトマト　長ねぎ オレンジ　桃缶
2	土	野菜ジュース	ハムサンド　麦茶　バナナ	ハーベスト	ハム	食パン	野菜ジュース　バナナ
4	月	のむヨーグルト	☆ポークカレー　☆マカロニサラダ　福神漬 ☆アップルジュース　ぽんかん	☆カルピス せんべい	のむヨーグルト　カルピス ハム　豚肉	精白米　じゃが芋　マカロニ	玉ねぎ　人参　きゅうり 福神漬　アップルジュース ぽんかん
5	火	牛乳	鶏ちゃんこ　春雨サラダ　☆わかめご飯 チーズ竹輪　いよかん	クロレラ ☆フライドポテト	牛乳　鶏肉　春雨　油揚げ ハム　わかめご飯　クロレラ チーズ竹輪	精白米　ポテト	きゅうり　人参　大根　長ねぎ こんにゃく　根生姜　白菜 いよかん
6	水	アップルジュース	☆麻婆豆腐　きゅうりの塩もみ ☆アンパンマンポテト　☆桃缶	牛乳 ふかし芋	牛乳　豆腐	精白米　ポテト　さつま芋	アップルジュース　長ねぎ エリンギ　きゅうり　桃缶
7	木	牛乳	☆チャーシュー入り醤油ラーメン　野菜ジュース きゅうりとわかめの酢の物　グレープフルーツ	豆乳 ☆揚げパン	牛乳　焼豚　しらす干し　豆乳 わかめ　きな粉	中華麺　バターロール	ほうれん草　コーン缶 きゅうり　野菜ジュース なると　グレープフルーツ
8	金	マミー	☆鶏の唐揚げ　☆シュリンプサラダ 味噌汁　バナナ	牛乳 ☆お好みパン	マミー　鶏肉　芝えび　厚揚げ 牛乳　ハム	精白米　ホッチケーキミックス じゃが芋	ブロッコリー　白菜　長ねぎ バナナ　コーン缶　キャベツ にら
9	土	野菜ジュース	ツナサンド　麦茶　バナナ	せんべい	シーチキン	食パン	野菜ジュース　バナナ
11	月	牛乳	☆ハンバーグ　ゆでブロッコリー わかめスープ　☆いちご	☆プリン 生クリーム和え	牛乳　豚挽肉　牛挽肉　卵 わかめ　豆腐　生クリーム プリン	精白米　パン粉	玉ねぎ　ピーマン　コーン缶 ブロッコリー　いちご
12	火	（食育） ぶどうジュース	☆味噌煮込みうどん　きゅうりとかぶの塩もみ クロレラ　パイン缶	麦茶 ☆ごまだんご	クロレラ　鶏肉	うどん　だんご	ぶどうジュース　白菜　しめじ エリンギ　人参　きゅうり かぶ　パイン缶
13	水	牛乳	大根の炒め物　☆ナゲット　味噌汁 バナナ	オレンジジュース ☆ミニシュークリーム	牛乳　鶏肉　ナゲット　わかめ 油揚げ	精白米	大根　人参　グリンピース缶 しめじ　オレンジジュース もやし　バナナ
14	木	豆乳	☆福袋　ほうれん草サラダ　かまぼこスープ いよかん	牛乳 ☆ミックスサンド	豆乳　豚挽肉　油揚げ　卵 かまぼこ　うずらの卵缶 わかめ	精白米　食パン	長ねぎ　人参　ほうれん草 エリンギ　長ねぎ　いよかん
15	金	牛乳	☆はんぺんフライ　千切りキャベツ　ミニトマト コーンスープ　ぽんかん	☆のむヨーグルト ☆ふのラスク	牛乳　ハム　チーズ　卵 はんぺん　のむヨーグルト	精白米　バター　ふ	キャベツ　ミニトマト コーン缶　ぽんかん
16	土	野菜ジュース	卵サンド　麦茶　バナナ	ハーベスト	卵	食パン	野菜ジュース　バナナ
18	月	野菜ジュース	☆ささみの衣揚げレモンあんかけ　五目ナムル 味噌汁　オレンジ	牛乳 バームクーヘン	牛乳　ささみ　油揚げ　わかめ 卵　ハム	精白米	野菜ジュース　ほうれん草 あさつき　きゅうり　レモン汁 人参　もやし　大根　オレンジ
19	火	牛乳	☆和風ミートローフ　グリーンサラダ にら玉スープ　キウイフルーツ	いちごオーレ クリームクッキーズ	牛乳　豚挽肉　卵　ベーコン いちごオーレ　生クリーム	精白米　小麦粉　マーガリン	れんこん　人参　玉ねぎ　にら レタス　キャベツ　きゅうり　長ねぎ キウイフルーツ
20	水	マミー	☆ナポリタン　☆チップサラダ　牛乳 桃缶	☆ぶどうジュース ☆ピザまん	マミー　豚挽肉　牛乳	スパゲティ　ピザまん	玉ねぎ　ピーマン　きゅうり レタス　人参　桃缶 ぶどうジュース
21	木	春　分　の　日					
22	金	牛乳	☆ビーフシチュー　コールスローサラダ 野菜ジュース　ぽんかん	アップルジュース ☆焼きそば	牛乳　豚肉	精白米　じゃが芋　焼きそば	玉ねぎ　人参　野菜ジュース コーン缶　キャベツ　きゅうり ぽんかん　マッシュルーム缶 アップルジュース
23	土	野菜ジュース	ツナサンド　麦茶　バナナ	せんべい	シーチキン	食パン	野菜ジュース　バナナ
25	月	オレンジジュース	☆ポテトフッシュボール　すまし汁 キャベツとパイナップルのサラダ　いちご	牛乳 ☆カスタードクリームサンド	牛乳　白身魚　卵　生クリーム わかめ　はんぺん	精白米　じゃが芋　食パン	キャベツ　パイン缶　レモン チンゲン菜　いちご
26	火	いちごオーレ	野菜ソテー　☆えびしゅうまい　味噌汁 ぽんかん	牛乳 コーンフレーク	牛乳　いちごオーレ　豚挽肉 しゅうまい　わかめ	精白米　ふ	キャベツ　もやし　人参 ピーマン　玉ねぎ　長ねぎ ぽんかん
27	水	牛乳	☆野菜入り味噌ラーメン　☆揚げぎょうざ クロレラ　オレンジ	麦茶 ☆ミニおにぎり	牛乳　豚肉　なると　ぎょうざ クロレラ	中華麺　精白米	人参　白菜　にら　コーン缶 もやし　長ねぎ　オレンジ
28	木	野菜ジュース	☆皮なしキッシュ　ひじきのツナ和えサラダ キャベツスープ　いよかん	フルーチェ	牛乳　ハム　生クリーム　卵 チーズ　ひじき　シーチキン なると	精白米	ブロッコリー　人参　レタス キャベツ　もやし　木くらげ いよかん
29	金	豆乳	☆海老フライ　ゆでキャベツ　ミニトマト 味噌汁　グレープフルーツ	牛乳 マーマレード蒸しパン	牛乳　海老　わかめ	精白米　ホットケーキミックス じゃが芋	キャベツ　ミニトマト　玉ねぎ グレープフルーツ　人参 マーマレードジャム
30	土	卒　園　式　（赤飯　飲み物　ゼリー）				赤飯	りんごジュース　ゼリー

☆ぞう組のリクエストメニュー　**熊野保育園**