



令和3年 3月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園 附属園分保育園

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	8日(月)
かりんとう	おせんべい	クッキー	ひじきスティック	あられ	ブリッツ	ポーロ
カレーライス ※福神漬 ごぼうサラダ 果物	ごはん 鮭のみそあんかけ 切干大根の煮つけ 小松菜のみそ汁 果物	ひな祭り ひないなり 鶏のてりやき きゅうりのおかか和え まり麩のすまし汁 果物	ごはん テンジャオロース ペイクドじゃが、華風和え わかめスープ 果物	ごはん あじのフライ ブロッコリーサラダ ポトフ風スープ 果物	牛乳 春キャベツの和風パスタ 炒り大豆、小魚 果物	にんじんごはん 炒り豆腐 さつまいもの天ぷら ほうれん草のみそ汁 果物
五分づき米 福神漬 切り干し大根 牛肉 たまねぎ じゃがいも かつおぶし トマト にんじん ピーマン ススキミルク 小麦粉 バター	五分づき米 しょうゆ 片栗粉 さけ 小麦粉 米油 トマト しょうゆ 片栗粉 にんじん しょうゆ 片栗粉 キャベツ 三温糖 グリンドーズ だしこんぶ 三温糖 米みそ	五分づき米 しょうゆ 三温糖 卵 小麦粉 ちりめんじゃこ 食塩 鶏肉 菜の花 にんじん しょうゆ たらこ しょうゆ しょうゆ しょうゆ 片栗粉 三温糖 だしこんぶ ごま 三温糖 しょうゆ 油揚げ しょうゆ かつお節	五分づき米 豚肉 生わかめ じゃがいも 酒 たまねぎ 米油 食塩 タンゲン菜 食塩 たけのこ にんじん あおのり しょうゆ しょうゆ もやし にんにく しょうゆ にんじん 三温糖 食塩 三温糖 しょうゆ 片栗粉 ごま油 しょうゆ しょうゆ	五分づき米 しょうゆ 片栗粉 卵 小麦粉 三温糖 牛肉 たまねぎ ほうれん草 油揚げ しょうゆ しょうゆ	スバツティー ツナ キャベツ たまねぎ にんじん オリーブ油 しょうゆ 焼きのり 小麦粉 しょうゆ 炒り大豆 小魚 果物	五分づき米 木綿豆腐 ほうれん草 にんじん 卵 しょうゆ ごま 鶏ミンチ たまねぎ しょうゆ たらこの だしこんぶ みりん にんじん だしこんぶ 干しいたけ 米みそ さつまいも グリンドーズ 小麦粉 しょうゆ 果物 卵 三温糖 米油 米りん
するめ、ブリッツ	バナナチップ、ビスケット	手作りフルーチェ	おせんべい、炒り大豆、小魚	手作りクロックムッシュ	ビスケット	レーズン、クッキー

9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	15日(月)	給食からのお知らせ 3/9(火)はお別れ遠足のためお弁当持参でお願いします
お別れ遠足	ごはん いわしのかば焼き 小松菜の納豆和え 里芋のみそ汁 果物	たまごとうどん ちくわの磯辺揚げ キャベツの和え 果物	お別れ会 お楽しみメニュー	牛乳 他人井 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 豆腐のつくね焼き ホットサラダ トマトシチュー 果物	
おせんべい、炒り大豆、小魚	五分づき米 小麦粉 しょうゆ 片栗粉 いわし しょうゆ 三温糖 みりん 米油 トマト 果物	ゆでうどん ちくわ 小麦粉 卵 あおのり しょうゆ たまご ほうれん草 しょうゆ キャベツ にんじん しょうゆ 三温糖 しょうゆ 果物		五分づき米 しょうゆ 片栗粉 卵 小麦粉 三温糖 牛肉 たまねぎ ほうれん草 油揚げ しょうゆ しょうゆ	五分づき米 米油 ほうれん草 木綿豆腐 しょうゆ 三温糖 鶏ミンチ にんじん コーン にんじん しょうゆ しょうゆ たまねぎ さつまいも しょうゆ ひじき ブロッコリー しょうゆ 米油 れんこん しょうゆ 卵 にんじん しょうゆ パン粉 三温糖 しょうゆ 食塩 三温糖	
おせんべい、炒り大豆、小魚	手作りこんぶおにぎり	チーズ、サブレ		おせんべい	手作り雑煮	



令和3年 3月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園 附属園分保育園

16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	22日(月)	23日(火)
ゼリー	おせんべい	ウエハース	ブリッツ	卒園式	野菜スティック	ポーロ
ごはん ハムサラダフライ 白菜の甘酢和え きのこ汁 果物	菜の花ごはん 鮭のごまてりやき 切干大根の煮つけ 小松菜のみそ汁 果物	ごはん ポテトグラタン ごまじゃこサラダ みそスープ 果物	わかめごはん 豚肉の柳川風 ブロッコリーのおかか和え かぼちゃとれんこんの 豆乳みそ汁 果物	おめでとう	ごはん さばのみそ煮 土佐酢和え 吉野汁 果物	ごはん 牛肉のブルギ炒め 中華和え かきたま汁 果物
五分づき米 ハム しいたけ じゃがいも えのきたけ はくさい ツナ しめじ いんげん コーン にんじん にんじん きゅうり 油揚げ 卵 マヨネーズ だしこんぶ 三温糖 食塩 だしこんぶ しょうゆ 小麦粉 しょうゆ しょうゆ パン粉 みりん ケチャップ 果物 トマト	五分づき米 菜の花 切干大根 小麦粉 にんじん たまねぎ 卵 ひじき にんじん ごま ちくわ にんじん 食塩 いんげん だしこんぶ みりん 三温糖 米みそ さわら 三温糖 しょうゆ しょうゆ しょうゆ 酒 みりん ごま 果物	五分づき米 じゃがいも ほうれん草 わかめ たまねぎ コーン マカロニ えのきたけ 食塩 ほうれん草 にんじん キャベツ ごま しょうゆ ちりめんじゃこ にんじん コンソメ ごま しょうゆ しょうゆ ごま 小麦粉 しょうゆ しょうゆ 三温糖 しょうゆ 三温糖 果物 チーズ	五分づき米 豚肉 かつお節 わかめ ごぼう たまねぎ ごま ほうれん草 にんじん 食塩 ほうれん草 にんじん ブロッコリー 卵 しょうゆ にんじん しょうゆ しょうゆ かつお節 三温糖 しょうゆ 三温糖 しょうゆ 三温糖		五分づき米 切干大根 じゃがいも さば にんじん 小麦粉 しょうゆ 卵 しょうゆ 米みそ 三温糖 しょうゆ 三温糖 酒 しょうゆ	五分づき米 ブロッコリー 卵 にんじん きゅうり ごま しょうゆ しょうゆ たまねぎ たまねぎ しょうゆ にんじん 三温糖 しょうゆ しらしめ しょうゆ しょうゆ 三温糖 しょうゆ しょうゆ みりん しょうゆ みりん 酒 ごま油 ごま 果物
バナナチップ、あられ	手作りヨーグルトパン	プチゼリー、かりんとう	おせんべい、炒り大豆、小魚		こんぶ、サブレ	手作りさつまいももち

24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	29日(月)	☆3月の1日あたりの平均栄養価☆
プリン	かりんとう	あられ	ブリッツ	ラムネ	
若ごぼうごはん しいたけの磯辺揚げ キャベツの甘酢和え 小松菜のみそ汁 果物	照り焼きチキンの ひつまぶし風 きゅうりの ごま塩昆布和え 大根のみそ汁 果物	ごはん 春キャベツのキッシュ ポークビーンズ ポパイスープ 果物	牛乳 ツナカレー 炒り大豆、小魚 果物	手作りふりかけごはん 豆腐ハンバーグ おかかサラダ 五色汁 果物	エネルギー 488kcal 584kcal たんぱく質 19.5g 23.2g 脂質 16.1g 17.9g カルシウム 306mg 325mg 鉄 2.3mg 3.0g 食物繊維 3.8g 4.8g 食塩 1.7g 2.0g
五分づき米 キャベツ 小麦粉 若ごぼう いんげん たまねぎ にんじん にんじん にんじん 油揚げ 高野豆腐 だしこんぶ しょうゆ 卵 しょうゆ みりん 三温糖 しょうゆ 酒 しょうゆ	五分づき米 三温糖 だしこんぶ 卵 片栗粉 しょうゆ 食塩 米油 油揚げ ほうれん草 しょうゆ しょうゆ しょうゆ 三温糖 にんじん 米みそ 酒 三温糖 しょうゆ しょうゆ しょうゆ 塩昆布 果物	五分づき米 水菜大豆 ほうれん草 卵 豚肉 コーン キャベツ じゃがいも えのきたけ たまねぎ たまねぎ にんじん にんじん にんじん コンソメ しめじ にんじん トマト缶 ハム グリンドーズ バター ケチャップ 小麦粉 三温糖 しょうゆ チーズ 牛乳 食塩	五分づき米 福神漬 牛乳 ツナ 福神漬 たまねぎ ももぐみにほ じゃがいも つきません 炒り大豆 トマト 小魚 にんじん 果物 カレールー ススキミルク バター	五分づき米 ひじき 木綿豆腐 じゃがいも ちりめん きゅうり たまねぎ じゃこ コーン 鶏ミンチ だしこんぶ ごま かつお節 しょうゆ 焼きのり 卵 しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ 食塩 しょうゆ しょうゆ トマト ケチャップ しょうゆ 果物 ウスター ソース	※1日の必要栄養量の50%(乳児)、45%(幼児)を目安としています。
ブルー、スナック菓子	おせんべい、炒り大豆、小魚	ミルクパン	クッキー	チーズ、クラッカー	