



# こんだてひょう (2023/3がつ)

日本音楽学校保育園

日にち	朝おやつ	昼食	おやつ	主な食材	日にち	朝おやつ	昼食	おやつ	主な食材
月 13 27	牛乳 	ごはん すき焼き風煮 もやしのごま酢和え さつまいものみそ汁 麦茶	メイプル バターサンド カットチーズ りんご 牛乳	食パン 精白米 しらたき さつまいも じゃがいもでん粉 上白糖 メーフルンロップ 炒りごま きゅうり たまねぎ にんじん ねぎ はくさい もやし りんご えのきたけ 乾燥わかめ 水 煮干し 削り節 豚もも肉 牛乳 プロセスチーズ サラダ油 マーガリン 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 酢 白みそ だいたい焼き豆腐	月 16 20	牛乳	ツナと えのきの炊き込みごはん 生揚げと大根のそぼろ煮 葉野菜とひじきの土佐和え かぼちゃのみそ汁 麦茶	マーブルケーキ いちご 牛乳	薄力粉 精白米 じゃがいもでん粉 上白糖 生揚げ さやいんげん かぼちゃ こまつな だいこん にんじん ねぎ はくさい いちご えのきたけ しめじ 干ひじき 水 煮干し かつお節 削り節 ツナ油漬・フルクトイ 豚ひき肉 卵 牛乳 サラダ油 バター 本みりん ココア 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ ベーキングパウダー
火 14 28	牛乳	ロールパン チキンカツ ポパイソテー 白菜のスープ 麦茶	おなか焼きおにぎり いちご 牛乳	薄力粉 ロールパン パン粉 乾燥 精白米 じゃがいも 上白糖 炒りごま 水菜 にんじん はくさい 黄ピーマン ほうれんそう いちご えのきたけ 水 かつお節 削り節 鶏もも肉 牛乳 サラダ油 バター 本みりん 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 トマトケチャップ	火 17 21	牛乳	ごはん かじきの竜田揚げ ブロッコリーの華風和え 大根のみそ汁 麦茶	ポテトの ミートソース焼き オレンジ 牛乳	薄力粉 精白米 じゃがいも じゃがいもでん粉 上白糖 炒りごま トウモロコシ葉、生 キャベツ しょうが だいこん たまねぎ にんじん にんにく ブロッコリー オレンジ 水 煮干し かにじき 豚ひき肉 牛乳 プロセスチーズ ごま油 サラダ油 バター 酒 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 酢 トマトケチャップ 白みそ パセリ・乾
水 1 15 29	牛乳 ※29日は、 うさぎ組さんの リクエスト メニューを 提供します！ お楽しみに♪	ドライカレー ツナサラダ 千切り野菜のスープ 麦茶	照り焼きまん いよかん 牛乳	アヒダシ粉・かつお節用 精白米 上白糖 だいたい水 煮缶 キャベツ きゅうり しょうが セロリー たまねぎ にんじん にんにく 青ピーマン いよかん 炒りごま、生 水 削り節 ツナ油漬・フルクトイ 豚ひき肉 ベーコン 鶏ひき肉 牛乳 サラダ油 バター 麦茶 ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 酢 トマトケチャップ マヨネーズ カレー粉 パセリ・乾 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	水 4 8 22	牛乳	麻婆ラーメン ささ身の青椒肉絲風 フルーツのヨーグルト和え 麦茶	焼きクリームパン いよかん 牛乳	薄力粉 食パン 中華めん じゃがいもでん粉 上白糖 木綿豆腐 しょうが だけのご水煮 たまねぎ にら にんじん にんにく ねぎ 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン いよかん 炒りごま、生 みかん缶詰 バインアップル缶詰 パナナ こんぶ 水 削り節 豚もも肉 鶏ささみ 卵 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 ごま油 サラダ油 バター 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 かき油 白みそ
木 2 16 30	牛乳	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根とひじきの炒め煮 なめことらのスープ 麦茶	コーン クリームマカロニ バナナ 牛乳	薄力粉 マカロニ乾 精白米 じゃがいもでん粉 上白糖 いんげんまめ 絹ごし豆腐 油揚げ キャベツ 切干だいこん たまねぎ スイートコーン缶・クリーム にら にんじん パナナ なめこ 干ひじき 水 削り節 さけ 鶏もも肉 牛乳 サラダ油 バター 酒 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ パセリ・乾 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	木 9 23	牛乳 	マーガリンサンド さわらの バーベキューソース焼き キャロットサラダ 青梗菜のスープ 麦茶	スタミナ納豆ごはん りんご 牛乳	薄力粉 食パン 精白米 上白糖 納豆 しょうが たまねぎ チンゲンサイ にんじん にんにく ねぎ もやし りんご 水 削り節 さわら ツナ油漬・フルクトイ ロースハム 鶏ひき肉 牛乳 ごま油 サラダ油 マーガリン 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル エリンギ生
金 3 17 31	牛乳 ※3日は、 ひなまつり メニューを 提供します！ お楽しみに♪	きな粉ごはん 花しゅうまい 中華風スティック野菜 春雨とわかめのスープ 麦茶	かぼちゃのチュロス オレンジ 牛乳	薄力粉 しゅうまいの皮 精白米 上新粉 じゃがいもでん粉 はるさめ 上白糖 メーフルンロップ きな粉 黄 木綿豆腐 豆乳 トウモロコシ葉、生 かぼちゃ きゅうり しょうが たまねぎ にんじん もやし オレンジ 乾燥わかめ 水 削り節 豚ひき肉 鶏ひき肉 牛乳 ごま油 サラダ油 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 ベーキングパウダー スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	金 10 24	牛乳 ※10日は、 どきどき メニューを 提供します！ お楽しみに♪	ごはん ブルコギ炒め 大根のナムル 豆腐のみそ汁 麦茶	チーズ セサミクッキー オレンジ 牛乳	薄力粉 精白米 上白糖 木綿豆腐 炒りごま きゅうり しょうが だいこん だけのご水煮 たまねぎ にら にんじん にんにく ねぎ ほうれんそう パナナ しめじ 乾燥わかめ 水 煮干し 豚もも肉 卵 牛乳 プロセスチーズ ごま油 サラダ油 マーガリン 酒 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 白みそ ベーキングパウダー
土 4 18	牛乳	大豆の 和風トマトスパゲティー 花野菜のフレンチサラダ コーンスープ 麦茶	バナナカップケーキ パインヨーグルト 牛乳	アヒダシ粉・かつお節用 スパゲッティ乾 じゃがいもでん粉 上白糖 だいたい水 煮缶 カリフラワー しょうが たまねぎ スイートコーン缶・クリーム ホールトマト にんじん 青ピーマン ブロッコリー バインアップル缶詰 パナナ 干しぶどう 干しいたけ 水 削り節 豚ひき肉 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 サラダ油 酒 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 酢 白みそ パセリ・乾 スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル	土 11 25	牛乳	きつね焼うどん スイートポテトサラダ きゃべつのスープ 麦茶	和風ツナおにぎり ピーチヨーグルト 牛乳	干しうどん 精白米 さつまいも 上白糖 油揚げ キャベツ こまつな たまねぎ にんじん ねぎ 白桃缶詰 えのきたけ しめじ あおのり 水 かつお節 削り節 ツナ油漬・フルクトイ 豚もも肉 牛乳 ヨーグルト・全脂無糖 プロセスチーズ サラダ油 酒 本みりん 麦茶 こいくちしょうゆ 食塩 マヨネーズ スイートコーン缶詰ホールカーネルスタイル

仕入れの都合により献立を一部変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

●今月の平均栄養量(乳児食) エネルギー：464cal/たんぱく質：19.1g



## ◆ミニ給食だより◆

陽射しが暖かく感じられる季節になりました。早いもので今年度も最後に月になりました。子どもたちは一年の様々な行事や活動を通して身体も心も大きくなり、たくさんのお思い出を作ったことでしょう。給食を自ら食べようとする姿や美味しそうに食べる姿など、給食を通して成長した子どもたちの笑顔がたくさん見せて頂いた一年でした。いっぱい食べてくれた一年間、本当にありがとうございました！

## 『“ひしもち”のいわれ』

ひなまつり飾りで欠かせないひしもち。色の順番はたいてい下から、緑・白・桃色の三色です。ひしもちには昔、緑と桃色の部分に薬効成分がある“ヨモギ”と“クチナシの実”が使われていました。桃色のもちは「健康の祝い」、白いもちは「清浄の表し」、緑の草もちは「春先の芽吹き」から「もえる若草」を例えているといわれています。3月3日のおやつにもひしもちではありませんが、三色蒸しパンを提供いたしますのでお楽しみに♪



