



# 令和6年3月保育園給食予定献立表



岩倉市保育園

日	曜	午前	昼食	3色分類			午後 (★手作りおやつ)	
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)		
1	金	バナナ	ハヤシライス キャベツの甘酢漬け	豚肉 スキムミルク	じゃがいも ハヤシルウ 油 米 砂糖	たまねぎ にんじん コーン キャベツ もやし みかん缶	牛乳 ひなあられ ひなまつりゼリー	
2	土	お茶	マーボー飯 バナナ キャンディチーズ	豆腐 豚ひき肉 豆みそ キャン ディチーズ	米 片栗粉 砂糖	にんじん たまねぎ ねぎ パナ ナ	お茶 菓子	
4	月	キャンディ チーズ	カレーうどん ほうれん草パン たたききゅうり	豚肉 かまぼこ スキムミルク	うどん カレールウ 油 ほうれ んそうパン ごま油 砂糖	たまねぎ にんじん ねぎ きゅう り	牛乳 オレンジ 菓子	
5	火	フルーツ ゼリー	五目寿司 すまし汁 キャンディチーズ(乳1、幼2)	かまぼこ ひじき わかめ 桜か まぼこ キャンディチーズ	砂糖 米	にんじん 干しいたけ たけの こ なばな	牛乳 ★米粉リンゴ蒸し ケーキ ミニフィッシュ	
6	水	オレンジ	クリームシチュー ご飯 フレンチサラダ	鶏肉 スキムミルク	じゃがいも 米粉マカロニ 米粉 クリームルウ 油 米 砂糖	たまねぎ にんじん コーン キャベツ きゅうり みかん缶	アシドミルク バナナ 菓子	
7	木	ラブミー ラス	筑前煮 ご飯 ニラ納豆	鶏肉 ちくわ 納豆	砂糖 油 米	にんじん ごぼう こんにやく た けのこ さやいんげん 干しい たけ にはら	牛乳 ★大学芋 ドライブルー	
8	金	鉄入り たっぷり シラス君	チリコンカン ご飯 小松菜のごま和え	豚ひき肉 大豆	じゃがいも 片栗粉 砂糖 油 米 すりごま	コーン たまねぎ にんじん ピーマン トマト 小松菜	牛乳 りんご 菓子	
9	土	お茶	中華飯 オレンジ キャンディチーズ	豚肉 半平 キャンディチーズ	米 片栗粉 油	たまねぎ にんじん 干しいた け もやし ピーマン オレンジ	お茶 菓子	
11	月	オレンジ	焼きそば クロロール ウインナ(乳1、幼2) ブロッコリーのシラス和え	豚肉 かまぼこ あおのり スキ ンレスウインナ シラス干し	焼きそば 油 クロロール	キャベツ にんじん ピーマン ブ ロッコリー コーン	牛乳 バナナ ★ヨーグルトケー キ	
12	火	アシドミル ク	鶏肉の立田揚げ 星型ポテト おにぎり コーンと野菜の三杯酢	鶏肉	片栗粉 薄力粉 星型ポテト 油 米 砂糖	コーン もやし きゅうり キャベ ツ	牛乳 オレンジ 菓子	
13	水	バナナ	かぼちゃのクリーム煮 ご飯 きゅうりのわかめ和え	鶏肉 スキムミルク	米粉クリームルウ 油 米	かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ きゅうり	ジョア りんご 菓子	
14	木	ヤクルト	サバの味噌煮 菜飯 ささみと白菜のごま酢和え	サバ 豆みそ ささみ	砂糖 米 ごま	しょうが 乾燥大根葉 はくさい にんじん	牛乳 ★フライドポテト ドライブルー	
15	金	キャンディ チーズ	ポークビーンズ(カレー) ご飯 小松菜の塩昆布和え	豚肉 だいず スキムミルク 塩 昆布	じゃがいも カレールウ 砂糖 油 米	にんじん たまねぎ さやいんげ ん 小松菜	牛乳 オレンジ 菓子	
16	土	お茶	豚肉と高野豆腐丼 バナナ キャンディチーズ	豚肉 高野豆腐 キャンディチー ズ	米 片栗粉 砂糖	ごぼう たまねぎ にんじん ね ぎ バナナ	お茶 菓子	
18	月	バナナ	コーンラーメン ミルクロール ブロッコリーのマヨネーズ和え	豚肉	中華めん 油 ミルクパン マヨド レ	たまねぎ にんじん もやし ね ぎ コーン ブロッコリー	牛乳 クッキー ★フルーツゼリー	
19	火	ジョア	コロッケ わかめご飯 かみなり汁(幼:角チーズ)	わかめ 豆腐 鶏肉 きざみのり 角チーズ	コロッケ 油 米 さといも ごま 油	ごぼう にんじん ねぎ	牛乳 りんご 菓子	
20	水	<b>春分の日</b>						
21	木	オレンジ	カレーライス きゅうりのシラス和え	豚肉 スキムミルク シラス干し	米 じゃがいも カレールウ 油	たまねぎ にんじん きゅうり	牛乳 バナナ ★ポップコーン	
22	金	鉄入り たっぷり シラス君	煮込みハンバーグ コーンご飯 切干大根のさっぱりサラダ	ハンバーグ つな	砂糖 米 マヨドレ	たまねぎ コーン 切干大根 きゅうり にんじん	コアコア にんじんケーキ ミニフィッシュ	
23	土	お茶	豚丼 オレンジ キャンディチーズ	豚肉 かまぼこ キャンディチー ズ	片栗粉 砂糖 米	しめじ たまねぎ にんじん ね ぎ オレンジ	お茶 菓子	
25	月	バナナ	炒りどり ご飯 白菜の土佐和え	鶏肉 半平 花かつお	じゃがいも 砂糖 油 米	ごぼう にんじん こんにやく 干 しいたけ さやいんげん はくさい	牛乳 オレンジ 菓子	
26	火	キャンディ チーズ	八宝菜 ご飯 きゅうりと切干大根の酢の物	豚肉 かまぼこ シラス干し	片栗粉 米 砂糖	にんじん もやし はくさい たま ねぎ きくらげ しょうが 切干大 根 きゅうり	牛乳 菓子 フルーツゼリー	
27	水	オレンジ	鶏肉と野菜のトマト煮 ご飯 キャベツのナムル	鶏肉 塩昆布	じゃがいも 砂糖 油 米 ごま 油	たまねぎ にんじん ブロッコリー トマト缶 キャベツ もやし	牛乳 バナナ 菓子	
28	木	鉄入り たっぷり シラス君	炒り豆腐 ご飯 なばなのごま和え	高野豆腐 鶏肉 ひじき	片栗粉 砂糖 米 すりごま	にんじん たまねぎ さやいんげ ん なばな	牛乳 オレンジ 菓子	
29	金	オレンジ	スタミナ丼 チンゲンサイの中華和え	豚肉 厚揚げ	ごま 片栗粉 砂糖 米 ごま油	たまねぎ にんじん にはら もやし チンゲンサイ	牛乳 グレープフルーツ 菓子	
30	土	お茶	あんかけ豆腐丼 バナナ キャンディチーズ	豆腐 鶏肉 キャンディチーズ	片栗粉 米 砂糖	ほうれんそう たまねぎ にんじ ん たけのこ バナナ	お茶 菓子	



## ～ 3月はリクエスト給食♪ ～

もうすぐ卒園する青さんから保育園給食のリクエストを出してもらいました。下線(太字)がついているものがリクエストがあったメニューです。好きなものはありましたか??

今年は、煮込みハンバーグ、コーンラーメンが人気でした。副菜は、たたききゅうり、ブロッコリーのマヨネーズ和えが人気あるようです。副菜の人気だった「ブロッコリーのマヨネーズ和え」のレシピをご紹介します!

献立は諸事情により変更となる場合があります。

### <ブロッコリーのマヨネーズ和え>子ども1人分

---材料---

ブロッコリー44g、マヨネーズ10g、塩0.1g

- ブロッコリーは2cmの小房に分け、茎は皮をむき3cmくらいの短冊に切る。
  - ①を熱湯で茹で、やわらかくになったら水につけ、色どめをし、水気をきっておく。
  - ③をボールに入れ、食べる直前にマヨネーズと塩で和える。
- ※保育園では、「卵を使わないマヨドレ」をマヨネーズとして使用しています。

