



令和3年 3月予定献立表

【♪は手作りおやつです】

日	曜日	献立名	主食	卵アレルギー	備考
1	月	和風おろしハンバーグ ビーンズサラダ カリブrosoup 果物(りんご)	ごはん		ハンバーグの原型は、タルタルステーキを焼いたものであるといわれています。
		おやつ			
2	火	鯖のクリームソースかけ ねばねばサラダ スコッチブros 果物(バナナ)	ごはん		鯖は春を告げる魚と言われています。
		おやつ			
3	水	春色ちらし寿司 ポテトとお米のささみカツ キャベツのごま酢和え 麩のすまし汁 桜ゼリー	ごはん		ひな祭り給食
		おやつ			
4	木	きつねたぬきうどん 酢味噌和え 煮豆 果物(バナナ)	ごはん		Book de Lunch 「きつねうどん たぬきうどん」
		おやつ			
5	金	オムライス 春巻き 茹でブロッコリー添え 南瓜と白菜のスープ 果物(いちご)	ごはん	卵なし	子どもたちも大好きなオムライス
		おやつ			
6	土	ベストサンドフライ 厚焼き玉子 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
		おやつ			
8	月	アジの竜田揚げ 豆腐の中華風煮 じゃが芋の具沢山汁 果物(りんご)			アジは味が良いから「アジ」という名前がついたと言われていいます。子どもたちも好きな魚メニューです。
		おやつ			
9	火	シェパースパイ 野菜サラダ アイリッシュシチュー 果物(パイナップル)	ごはん		今月の世界の料理 「アイerland」
		おやつ			
10	水	豚肉の生姜焼き ほうれん草のごまよごし 大根とえのきの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		年長さんお別れ遠足
		おやつ		アレルギー対応菓子	
11	木	擬製豆腐 春雨の中華サラダ コンソメスープ 果物(オレンジ)	ごはん	卵抜き	擬製豆腐とは、裏ごしあるいは細かく崩した豆腐に他の材料や調味料を混ぜ、整形加熱した料理です。
		おやつ			
12	金	カレーライス 福神漬け コールスローサラダ フルーツヨーグルト	ごはん		カレーライスは大人も子どもも大好きなメニューですね。
		おやつ			
13	土	照り焼きチキン オムレツ 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
		おやつ			

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

フレンズメニュー (昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)

日	曜日	献立名	未満児 主食	卵アレルギー	備考
15	月	鶏の唐揚げ バリバリサラダ コーンクリームスープ 果物(いちご)	ごはん		さくら組 希望献立
	おやつ	♪パフェ 麦茶		アレルギー対応菓子	
16	火	ピザ風オムレツ マカロニと洋風野菜サラダ きのことポテトのミルクスープ 果物(オレンジ)	ごはん	玉葱とベーコンとチーズのケチャップ炒め	ミルクスープ は、牛乳のkok で、調味料控え めでも美味しく 作れる減塩メ ニューです。
	おやつ	♪甲州かりんとう 麦茶			
17	水	白身魚の照り焼き 煮合い 常陸太田けんちん汁 果物(メロン)	ごはん		郷土料理の日 「茨城県」
	おやつ	♪そぼろ納豆にぎり 麦茶			
18	木	赤飯 揚げ鶏と野菜の甘酢炒め 菜花のごま和え 根菜の味噌汁 果物(いちご)	ごはん		お誕生日会 
	おやつ	♪お誕生日プリンタルト 麦茶			
19	金	チキンナゲット 彩りサラダ ほうとうローネ 果物(バナナ)	ごはん		卒園おめでとう 給食 
	おやつ	♪お祝いクレープ 牛乳			
22	月	ハヤシライス 花野菜サラダ フルーツカクテル	ごはん		麩のラスクは簡 単に作れて美味 しいおやつで、 子どもたちにも 人気です。
	おやつ	♪麩のラスク 牛乳			
23	火	鶏肉の梅味噌焼き 切り干し大根のごま和え 三種芋の味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		切り干し大根 は、天日で乾燥 させることで、 栄養素がぎゅっ と詰まって甘み も増します。
	おやつ	♪ツナまん 牛乳			
24	水	焼き魚のカレーあんかけ 春雨の酢の物 油揚げの味噌汁 果物(りんご)	ごはん		春雨は、じゃが 芋やさつま芋の でんぷんを原料 にしたものや、 緑豆でんぷんを 原料にしたもの があります。
	おやつ	♪マカロニスナック 牛乳			
25	木	キッシュ カリブロコーンサラダ 南瓜と人参の豆乳汁 果物(バナナ)	ごはん	卵抜き	東京五輪 聖火リレー 「福島県」
	おやつ	♪味噌かんづら 麦茶			
26	金	肉団子と野菜のほくほく煮 スパゲティーサラダ 豆腐と野菜の味噌汁 果物(オレンジ)	ごはん		「スパゲ ティー」はイタ リア語の語源で 「ひも」と「小 さいもの」を意 味する言葉で す。
	おやつ	プリン		ゼリー	
27	土	白身魚フライ アンサンブルエッグ 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
	おやつ	ヨーグルト			
29	月	チキンのマッシュポテト焼き ビーンズサラダ 茄子と油揚げの味噌汁 果物(オレンジ)	ごはん		東京五輪 聖火リレー 「栃木県」
	おやつ	♪じゃが芋入り焼きそば 麦茶			
30	火	焼き魚(とろホッケ) 根菜の煮物 白菜と豆腐の味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		東京五輪 聖火リレー 「群馬県」
	おやつ	♪神社コロケ 牛乳			
31	水	レバーの胡麻ソースがらめ キャベツのゆかり和え ふわふわ卵スープ 果物(りんご)	ごはん	卵抜き	レバーは鉄分が 豊富に含まれて いるので、成長 期の子どもに進 んで食べてほし い食材です。
	おやつ	♪お豆腐パンケーキ 牛乳			

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。