

2018年3月 献立表



月	火	水	木	金	土
			1 玉子丼 ゆで野菜の土佐和え みそ汁 りんご 牛乳 マカロニのきな粉和え	2 <ひな祭り> 鮭のちらし寿司 鶏肉の照り焼き すまし汁 いちご 牛乳 ひなあられ	3 てりマヨ丼 みそ汁 りんご 牛乳 ミニデニッシュ
5 ごはん さばのおろし煮 白菜ときゅうりのゆかり和え みそ汁 りんご 牛乳 グレープフルーツ・バナナ	6 ごはん 厚揚げの中華風煮 キャンディーチーズ 中華スープ りんご 牛乳 さつま芋バター	7 ごはん ハニースパイシーチキン シルバーサラダ 大豆のスープ りんご 牛乳 あげぱん	8 ごはん 豚肉のもち米蒸し プロッコリーときのこのサラダ みそ汁 りんご 牛乳 ジャムサンド	9 ごはん たらのケチャップあんかけ きゅうりのおかか和え みそ汁 りんご 牛乳 オレンジケーキ	10 焼き肉丼 もやしスープ りんご 牛乳 ミルクパン
12 ごはん すき焼き風煮 トマト みそ汁 りんご 牛乳 チーズ入りお好み焼き	13 レーズンパン 大根のクリームシチュー ゆでウインナー オレンジ 牛乳 里芋ごはんのおにぎり	14 ごはん チャプチェ きゅうりのたたき 中華風コーンスープ りんご 牛乳 甘酒蒸しパン	15 ごはん 魚の胡麻焼きサクサク 切干大根の煮物 みそ汁 りんご 牛乳 胡麻トースト	16 ふりかけごはん 梅とじうどん りんご 牛乳 ヨーグルト・クラッカー	17 ツナピラフ レタスのスープ りんご 牛乳 クリームツイスト
19 <お別れ会> おにぎり すいとん バナナ 牛乳 ピザトースト	20 ごはん チキンカツ レタスのドレッシングサラダ みそ汁(さといも・青菜) りんご 牛乳 ゼリー・クラッカー	21 春分の日 	22 ごはん ぶりの照り焼き ほうれん草としらたきのおかか和え みそ汁 りんご 牛乳 やさいも	23 ごはん 豚肉と野菜のみそ煮 ゆで玉子 すまし汁 りんご 牛乳 時雨おにぎり	24 <卒園式> カレーライス いちご 牛乳 カスタードロール
26 ごはん さばのカレームニエル お豆とれんこんのサラダ コンソメスープ りんご 牛乳 ひじきチャーハン	27 ごはん 揚げ豆腐の和風あんかけ ゆでアスパラ みそ汁 りんご 牛乳 シュガートースト	28 ごはん ハンバーグ マカロニサラダ ミルクミソスープ りんご 牛乳 いちご・バナナ	29 ごはん 麻婆豆腐 バイクドじゃが わかめと玉子のスープ みかん缶 牛乳 豆乳クリームトースト	30 ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 高野豆腐の含め煮 みそ汁 りんご 牛乳 とうもろこしごはんのおにぎり	31 ごはん 中華やきそば えのきの中華スープ りんご 牛乳 ホワイトミルクパン

早いもので今年度も最後の月になりました。あと一か月でこどもたちは、卒園・進級です。残さず食べて返ってくる食器をみるたび「大きくなったなあ、よく食べてくれるようになった」と嬉しくなります。いつも給食室に声をかけていていた年長さんも小学校へ行くんだ・・・寂しさも感じるこの頃です。

2日 ひな祭り(3/3)

ちらし寿司を食べます。子どもたちの健やかな成長を願って、お祝いします。手作りのひなあられは、年長が煎ってくれます。

ハニースパイシーチキン

材料
鶏モモ 300g 食塩1 醤油3g
はちみつ 10g ニンニク1g カレー粉1g

- ①一口大に切った肉に塩をふる。
- ②1に醤油、はちみつ、おろしにんにく、カレー粉をよくもみ込んで10分つけ込む。
- ③200℃のオープンで8分焼く。
- ④焼いた後、肉汁に絡ませる。