



# 3月 ぽっぽ保育園給食献立表



		お昼ごはん	夕ごはん
1	水	白身魚のフライ、揚げと切り干し大根の煮物 きゅうりのなめたけ和え、味噌汁、ご飯	照り焼きチキン、コーンじゃがバター、ツナとレタスのサラダ 味噌汁、ご飯
2	木	ささ身と野菜のかき揚げ、ミニにゅう麺 炊き込みご飯、オレンジ	ポークカレー、チキンナゲット、福神漬け イタリアンサラダ、コンソメスープ
3	金	焼き肉、もやしとワカメのゴマ酢和え さつま芋の甘煮、味噌汁、ご飯	肉うどん、味付き鳥の天ぷら きゅうりの浅漬け、鮭ワカメ飯
4	土	ロースとんかつ、キャベツのウスター炒め レンコンとちくわのきんぴら、味噌汁、ご飯	回鍋肉、揚げ春巻き、ネギ入り玉子焼き 味噌汁、ご飯
5	日	ホットドック、フライドポテト ピーマンと玉ねぎのオムレツ、りんごジュース	ぶりの照り焼き、根菜の煮物 にら玉、味噌汁、ご飯
6	月	若鶏竜田揚げ、チャプチェ、里芋の煮物 味噌汁、ご飯	豚丼、いんげんとちくわのかき揚げ 和風大根サラダ、味噌汁
7	火	煮込みハンバーグ、ベーコンエッグ ブロッコリーとアスパラのサラダ、味噌汁、ご飯	鶏肉じゃが、ししゃもフライ レタスとカニカマのサラダ、味噌汁、ご飯
8	水	豚肉と玉ねぎのタレ焼き、じゃがいものタラコマヨネーズ和え 玉子豆腐、ワカメスープ、ご飯	五目焼きそば、水菜とかまぼこのマヨしょうゆ和え のり玉ご飯、水餃子のスープ
9	木	海老のオーロラソース和え、中華春雨サラダ コーンエッグ、味噌汁、ご飯	塩鮭、厚揚げの野菜あんかけ モヤシときゅうりの中華サラダ、味噌汁、ご飯
10	金	酢豚、かに玉、かぼちゃの甘煮 味噌汁、ご飯	アジフライ、ブロッコリーとささ身のゴマドレ和え たけのこのおかか煮、味噌汁、ご飯
11	土	鶏肉のバター醤油焼き、平天と大根の煮物 わかめときゅうりの酢の物、味噌汁、ご飯	エビかつ、なめたけの卵とじ 小松菜と平天の煮物、味噌汁、ご飯
12	日	エビフライタルタルソース、マカロニサラダ コンソメスープ、チキンオムライス	牛丼、カニカマの天ぷら 白菜の塩こぶ和え、味噌汁
13	月	ハヤシライス、ミニアメリカンドッグ、イタリアンサラダ ベーコンスープ	ミートボール、ナポリタンスパゲッティ ほうれん草ときのこのソテー、オニオンスープ、ご飯
14	火	鶏のから揚げ甘酢かけ、もやしの玉子とじ 五目ひじき、味噌汁、ご飯	トンテキ、プレーンオムレツ カリカリじゃことレタスのサラダ、味噌汁、ご飯
15	水	フィレオフィッシュ、チーズオムレツ コーンクリームシチュー、スティックパン、りんご	塩サバ、大根とさつま揚げの煮物 だし巻き卵、味噌汁、ご飯
16	木	チキンカツ、ツナスパゲティサラダ ふかしさつま芋、味噌汁、ご飯	バンバンジー、五目焼きビーフン 玉子豆腐、味噌汁、ご飯
17	金	八宝菜、シュウマイ、大豆とこぶの煮物、味噌汁、ご飯	ポークチャップ、ミニグラタン コールスローサラダ、味噌汁、ご飯
18	土	ちゃんぽん焼き、かぼちゃの天ぷら きゅうりとわかめの酢の物、味噌汁、おかかおにぎり	海鮮チャーハン、魚肉ソーセージのフリッター もやしときゅうりのナムル、味噌汁
19	日	たっぷり野菜の中華肉団子、納豆入り玉子焼き ごぼうサラダ、味噌汁、ご飯	ささ身のムニエル、白菜とエリンギのソテー 五目炒り玉子、ご飯、オニオンスープ
20	月	チキンピーズ、クリームコロッケ、 ブロッコリーのホットサラダ、コンソメスープ、ご飯	ちらし寿司、茄子の天ぷら、ミニうどん
21	火	鮭の塩焼き、五目炊き込みご飯、ほうれん草のお浸し けんちん汁	メンチカツ、カレー焼きビーフン きのこのサラダ、味噌汁、ご飯
22	水	海鮮かき揚げ、厚揚げといんげんの甘辛いいため 白菜のおかか和え、味噌汁、ご飯	海老ピラフ、ジャーマンポテト トマトのイタリアンサラダ、コンソメスープ
23	木	マーボー豆腐、焼き餃子 ちくわとキュウリのしょうゆマヨ和え、味噌汁、ご飯	ビーフシチュー、ハムソテー ブロッコリーとゆで卵のサラダ、バターライス
24	金	サンドウィッチ、ハッシュドポテト たっぷり野菜のポトフ、オレンジ	牛肉と玉ねぎのオイスター炒め、茶わん蒸し たけのこの土佐煮、味噌汁、ご飯
25	土	ビーフカレー、ゆで卵のマカロニサラダ ウインナーソテー、福神漬け、コンソメスープ	鶏のから揚げ、マーボー春雨、ピーマンのおかか和え 味噌汁、ご飯
26	日	きつねうどん、ちくわの磯部揚げ かやくご飯、きゅうりとじゃこの酢の物	ドライカレー、揚げウインナー、茹で玉子 オニオンサラダ、きのこスープ
27	月	お好み焼き、鮭わかめの混ぜご飯 小松菜と揚げのお浸し、豚汁	エビチリソース、チンゲン菜の中華炒め 肉豆腐、味噌汁、ご飯
28	火	和風おろしハンバーグ、きんぴらごぼう きゅうりのおかか和え、味噌汁、ご飯	ガーリックチキン、キノコとコーンのバターソテー オニオンレタスサラダ、味噌汁、ご飯
29	水	焼きししゃも、肉じゃが、ちくわとキャベツのゆかり和え 味噌汁、ご飯	おでん、とりめし、きゅうりの浅漬け、味噌汁
30	木	ポークピカタ、コーングリーンサラダ ナポリタンスパゲッティ、コンソメスープ、ご飯	鮭のホイル焼き、パンネのミートソース ピーマンとキャベツのソテー、味噌汁、ご飯
31	金	かぼちゃのコロッケ、蒸し鶏ともやしのゴマソース、 高野豆腐の卵とじ、味噌汁、ご飯	豚肉のしょうが焼き、五目炒り豆腐 キュウリと人参の胡麻和え、味噌汁、ご飯