

3月の献立予定表



沼館保育園

昼食						1 (土)
						チキンロール チャプチェ トマト キャベツと じゃが芋のポタージュ
おやつ						バナナ・牛乳
	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)
昼食	ミートボール 切り干し大根煮 ブロッコリーの ヨーグルト和え ミルクスープ	沼保特製ラーメン 煮卵 オレンジ	キーマカレー 温野菜 ヒレカツ ラッシー	鯖の味噌煮 トマトと卵の中華炒め 小松菜のおひたし 豆乳の味噌汁	酢豚 いもいもサラダ ミニトマト とうもろこしと 卵のスープ	ささみのチーズフライ 揚げかぼちゃの おかか和え ほうれん草と 海苔のナムル 貝たくさん味噌汁
おやつ	バナナ・牛乳	フルーチェ	ウエハース バナナ	ミニおにぎり・牛乳	ミニおにぎり・牛乳	バナナ・牛乳
	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)
昼食	豚肉の甘辛煮 もやしとちくわの カレーマヨ和え トマトの中華風サラダ わかめと 厚揚げの味噌汁	焼き魚 (ほっけ) ポテトグラタン ブロッコリーのサラダ ミネストローネ	鶏手羽元の酢醤油煮 野菜サラダ ミニトマト 水菜と ワンタンのスープ	えびフライ スパゲティナポリタン 小松菜のおひたし 野菜汁	厚揚げの 豚肉ロール焼き 炒り卵と ほうれん草の和え物 トマト 海と森のスープ	卒園式 
おやつ	おにぎり・牛乳	ミニおにぎり・牛乳	バナナ・牛乳	ミニおにぎり・牛乳	バナナ・牛乳	
	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)
昼食	豚肉ともやしの チャンプル 大豆入りひじき煮 ミニトマト 白菜のスープ	サーモンの サクサクフライ キャロットラペ 小松菜とかにかまの おかかマヨ和え 五目汁	鶏むね肉のピカタ かぼちゃの甘煮 ほうれん草と コーンの和え物 根菜汁	春分の日 	ハンバーグ 春雨のサラダ ブロッコリーの チーズ焼き 味噌けんちん汁	松風焼き 切り干し大根の ヨーグルト和え トマト 鉄分たっぷり味噌汁
おやつ	おにぎり・牛乳	バナナ・牛乳	ミニおにぎり・牛乳		オレンジ・牛乳	ミニおにぎり・牛乳
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)
昼食	豚肉のしゃぶしゃぶ マカロニサラダ ブロッコリーの おひたし 大豆とかぶのスープ	鯖の竜田揚げ 変わり麻婆豆腐 三色ナムル 八宝菜汁	チキンカレー グリーンサラダ ゆで卵 ラッシー	煮魚 (赤魚) 厚揚げと しめじの卵とし 小松菜と人参のナムル 大根とわかめの味噌汁	焼き肉 中華サラダ さつま芋と 油揚げの煮物 和風クリームスープ	鶏肉のケチャップ煮 かぼちゃのサラダ ブロッコリーの おひたし ごま入り味噌汁 バナナ
おやつ	お誕生会 (パンケーキ・牛乳)	ミニおにぎり・牛乳	ミニおにぎり カルシウムせんべい	おにぎり・牛乳	バナナ・牛乳	
	31 (月)	今年度も残りわずかとなり、もうすぐ卒園、進級ですね。4月には苦手なメニューがなくなった、好きなメニューが増えた、おにぎりが上手に握れるようになった・・・など一年を振り返りと給食を通してたくさんの成長した姿が見られました。園では子供たちが元気にすくすく育つように、これからも美味しく栄養バランスを考えた給食作りに取り組んで行きたいと思ひます。 3月4日はお楽しみ会です。その日は、子供たちのリクエストメニューから始まった恒例の沼館保育園特製ラーメンです。どうぞお楽しみに！				
昼食	豚肉と キャベツの炒め物 スパゲティサラダ ミニトマト なめこと豆腐の味噌汁					
おやつ	バナナ・牛乳					

