

# 令和5年 3月 献立表

小郡みすずの森保育園

	日	月	火	水	木	金	土
間				3月1日(水) 菜めし 鱈の漬け焼き(付:人参) 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し オレンジ	3月2日(木) 御飯 鶏の唐揚げ(付:トマト) 吸物 高野豆腐のくず煮 丸ぼうろ	3月3日(金) ちらし寿司 そうめん汁 南瓜煮 野菜焼きドーナツ	3月4日(土) 御飯 白身魚の漬焼き(付:卵ロール) 白菜のとろみ炒め ブロッコリーサラダ 豆乳ブラマンジェ
	3月5日(日)	3月6日(月)	3月7日(火)	3月8日(水)	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)
間	御飯 豚肉と野菜炒め 里芋煮 ほうれん草の和え物 ぶどうゼリー	菜めし 赤魚の煮付(付:人参) 吸物 春雨の酢物 りんご	御飯 南瓜コロッケ 大根と竹輪の煮付 ナムル バームクーヘン	炒飯 茄子のトマト煮 豆サラダ ヨーグルト	御飯 太刀魚の煮付(付:大根) 吸物 スパサラダ 野菜ゼリー	野菜ポークカレー 切干大根のコンソメ炒め 牛乳 バナナ	御飯 白身魚のトマトソースかけ 鶏肉とごぼう煮 白菜の和え物 スイートポテト
	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)
間	牛丼 青梗菜炒め 大根サラダ オレンジ	御飯 魚の黄金焼き(付:トマト) 吸物 ほうれん草ごま和え 野菜焼きドーナツ	菜めし けんちん煮 吸物 白菜の和え物 オレンジ	フレンチトースト コーンスープ 白菜の洋風煮浸し いちごヨーグルト	御飯 白身魚の磯香フライ(付:トマト) 吸物 豚肉と糸こんにの煮物 みかんゼリー	御飯 ハンバーグ(付:トマト) じゃが芋の煮物 牛乳 丸ぼうろ	御飯 ホキの野菜あんかけ 南瓜煮 ほうれん草の和え物 豆乳焼きドーナツ
	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)	3月24日(金)	3月25日(土)
間	御飯 白菜のクリーム煮 糸こんにの卵とじ 甘夏サラダ りんごのコンポート	御飯 麻婆豆腐風 わかめスープ ジャーマンポテト バームクーヘン	御飯 タラの彩りあんかけ 吸物 里芋の煮物 パンケーキ	サンドイッチ 南瓜スープ ポークビーンズ りんご	御飯 豚肉の味噌炒め(付:トマト) 大根の煮物 カリフラワーのおかか和え 桃ゼリー	菜めし 太刀魚の塩焼き(付:卵ロール) 吸物 里芋のごまみそ煮 バナナ	御飯 天ぷら 茶碗蒸し 大根サラダ 豆乳ブラマンジェ
	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	
間	御飯 牛肉の甘辛炒め じゃが芋の洋風煮 野菜サラダ 野菜焼きドーナツ	御飯 カレーのタタキ焼き(付:トマト) 吸物 ひじきと切干大根煮 オレンジ	御飯 野菜入り卵焼き 南瓜煮 ブロッコリーのサラダ 丸ぼうろ	御飯 白身魚のてんぷら 里芋煮 キャベツのマヨ和え 煮豆	御飯 豚肉とじゃが芋の旨煮 白菜の炒め物 牛乳 バームクーヘン	御飯 白すり身の五目揚げ 豚肉とほうれん草炒め ゴマポン酢和え りんご	
旬の食材						※仕入れの具合により献立を変更させていただく場合があります。	
カリフラワー、ブロッコリー、里芋、ほうれん草							

アレルギー(卵・小麦)対応食

令和5年 3月 献立表

小郡みすずの森保育園

	日	月	火	水	木	金	土
間				3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)
				菜めし 鱈の漬け焼き(付:人参) 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し オレンジ <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 鶏の唐揚げ(アレルギー不使用) 吸物 高野豆腐のくず煮 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	ちらし寿司(卵不使用) 吸物 南瓜煮 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 白身魚の漬焼き(付:人参) 白菜のとろみ炒め <small>ブロッコリーサラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>
間	3月5日(日)	3月6日(月)	3月7日(火)	3月8日(水)	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)
	御飯 豚肉と野菜炒め 里芋煮 ほうれん草の和え物 ぶどうゼリー <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	菜めし 赤魚の煮付(付:人参) 吸物 春雨の酢物 りんご <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 鶏肉と野菜炒め 大根の煮付 ナムル <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	炒飯(卵不使用) 茄子のトマト煮 <small>豆サラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 太刀魚の煮付(付:大根) 吸物 <small>野菜サラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> 野菜ゼリー <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 肉じゃが 吸物 切干大根のコンソメ炒め バナナ <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 白身魚のトマトソースかけ 鶏肉とごぼう煮 白菜の和え物 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>
間	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)
	牛丼 青梗菜炒め <small>大根サラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> オレンジ <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 魚の黄金焼き(アレルギー不使用) 吸物 ほうれん草ごま和え <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	菜めし けんちん煮 吸物 白菜の和え物 オレンジ <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 豚肉と白菜の煮浸し コーンスープ <small>野菜サラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 白身魚の煮付(付:トマト) 吸物 豚肉と糸こんにの煮物 みかんゼリー <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 ハンバーグ(アレルギー不使用) 吸物 じゃが芋の煮物 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 ホキの野菜あんかけ 南瓜煮 ほうれん草の和え物 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>
間	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)	3月24日(金)	3月25日(土)
	御飯 豚肉と白菜の炒め物 糸こんにの煮付 <small>甘夏サラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> りんごのコンポート <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 麻婆豆腐風 わかめスープ ジャーマンポテト <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 タラの彩りあんかけ 吸物 里芋の煮物 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 ポークビーンズ 南瓜スープ キャベツとささみの和え物 りんご <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 豚肉の味噌炒め(付:トマト) 大根の煮物 カリフラワーのおかか和え 桃ゼリー <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	菜めし 太刀魚の塩焼き(付:人参) 吸物 里芋のごまみそ煮 バナナ <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 白身魚の煮付 吸物 <small>大根サラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>
間	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	
	御飯 牛肉の甘辛炒め じゃが芋の洋風煮 <small>野菜サラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 カレイの塩焼き(付:トマト) 吸物 ひじきと切干大根煮 オレンジ <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 高野豆腐の炒め煮 南瓜煮 <small>ブロッコリーのサラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 白身魚の煮付 里芋煮 <small>キャベツのサラダ(アレルギー不使用ドレッシング)</small> 煮豆 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 豚肉とじゃが芋の旨煮 吸物 白菜の炒め物 <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	御飯 白すり身の五目揚げ(アレルギー不使用) 豚肉とほうれん草炒め ゴマポン酢和え りんご <small>アレルギー(卵・小麦)不使用菓子</small>	
	旬の食材					※仕入れの具合により献立を変更させていただく場合があります。	
	カリフラワー、ブロッコリー、里芋、ほうれん草						