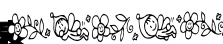




# ライオンの子保育園 3月 献立表



(有) パーツナルフードサービス

	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
昼食		<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■ポークチャップ</li> <li>豚肩ロース</li> <li>マッシュルーム</li> <li>■もやし炒め</li> <li>大豆もやし</li> <li>人参</li> <li>にら</li> <li>ライトツナ缶</li> <li>■インゲンのサラダ</li> <li>いんげん</li> <li>コーン</li> <li>和風野菜ドレッシング</li> <li>■玉ねぎの味噌汁</li> <li>玉葱</li> <li>大根の葉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■野菜春巻き</li> <li>野菜春巻き</li> <li>■豚肉の甘酢炒め</li> <li>豚こま肉</li> <li>玉葱</li> <li>青ピーマン</li> <li>人参</li> <li>干しいたけ</li> <li>卸しにんにく</li> <li>中華味</li> <li>■白菜と揚げのゆかり和え</li> <li>白菜</li> <li>油揚げ</li> <li>ゆかり</li> <li>■卵のみそ汁</li> <li>鶏卵</li> <li>青ネギ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■鶏肉のカレー炒め</li> <li>若鶏肉 もも</li> <li>カレー粉</li> <li>■春雨のタイ風ソテー</li> <li>普通はるさめ</li> <li>玉葱</li> <li>ミックスピーマン</li> <li>むきえび</li> <li>■豆サラダ</li> <li>5種豆ミックス</li> <li>きゅうり</li> <li>シーザードレッシング</li> <li>■大根の味噌汁</li> <li>大根</li> <li>大根の葉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■赤魚のトマトソース</li> <li>赤魚</li> <li>トマト煮込みソース</li> <li>玉葱</li> <li>■じゃが芋の洋風煮</li> <li>じゃがいも</li> <li>玉葱</li> <li>ミックスベジタブル</li> <li>若鶏肉 もも</li> <li>■コールスロー</li> <li>キャベツ</li> <li>かに棒</li> <li>フレンチドレッシング</li> <li>■野菜スープ</li> <li>セロリー 人参</li> </ul>	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	7	8	9	10	11	12
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■豚肉の和風おろし</li> <li>豚肩ロース</li> <li>卸し大根</li> <li>和風おろしドレッシング</li> <li>■青菜ときのこのソテー</li> <li>小松菜</li> <li>きのこミックス</li> <li>玉葱</li> <li>チキアギ</li> <li>■南瓜の胡麻和え</li> <li>西洋かぼちゃ</li> <li>胡麻ドレッシング</li> <li>■キャベツの味噌汁</li> <li>キャベツ</li> <li>油揚げ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■ホキの照り焼き</li> <li>ホキ</li> <li>■切干大根の洋風炒め煮</li> <li>切干しだいこん</li> <li>ミニプロッコリー</li> <li>人参</li> <li>ベーコン</li> <li>■マカロニサラダ</li> <li>シェルマカロニ</li> <li>菜の花</li> <li>フレンチドレッシング</li> <li>■白菜のみそ汁</li> <li>白菜</li> <li>青ネギ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■カレーライス</li> <li>精白米</li> <li>豚 ひと肉</li> <li>じゃがいも</li> <li>玉葱</li> <li>人参</li> <li>カレーウ</li> <li>■大根の和え物</li> <li>大根</li> <li>大根の葉カット</li> <li>野菜ドレ</li> <li>■ゼリー</li> <li>オレンジゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■エビ海鮮餃子</li> <li>エビ海鮮餃子</li> <li>■冬瓜と豚肉の煮物</li> <li>冬瓜</li> <li>人参</li> <li>いんげん</li> <li>豚こま肉</li> <li>■ほうれん草の胡麻酢和え</li> <li>ほうれん草</li> <li>油揚げ</li> <li>白ごま</li> <li>■卵のみそ汁</li> <li>鶏卵</li> <li>大根の葉</li> </ul>	★お弁当会★ 	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	14	15	16	17	18	19
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■鶏肉ときのこの焼肉風</li> <li>若鶏肉 もも</li> <li>きのこミックス</li> <li>焼肉のたれ彩</li> <li>■イカの甘酢炒め</li> <li>鹿の子イカフィール</li> <li>玉葱</li> <li>青ピーマン</li> <li>干しいたけ</li> <li>卸しにんにく</li> <li>中華味</li> <li>■人参サラダ</li> <li>人参</li> <li>セロリー</li> <li>胡麻ドレッシング</li> <li>■卵のみそ汁</li> <li>鶏卵</li> <li>青ねぎ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■ホキの梅焼き</li> <li>ホキ</li> <li>山海ぶし</li> <li>■タマナーチャンブル</li> <li>キャベツ</li> <li>人参</li> <li>にら</li> <li>ベーコン</li> <li>■青菜の和え物</li> <li>ほうれん草</li> <li>焼き竹輪</li> <li>和風野菜ドレッシング</li> <li>■玉ねぎの味噌汁</li> <li>玉葱</li> <li>豚 ひと肉</li> <li>青ネギ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■グリルチキン</li> <li>ミニグリルチキン</li> <li>■小松菜炒め</li> <li>小松菜</li> <li>人参</li> <li>厚揚げ</li> <li>豚こま肉</li> <li>■ひじきのサラダ</li> <li>ほしひじき</li> <li>コーン</li> <li>えだまめ</li> <li>ゆず味噌ドレッシング</li> <li>■大根の味噌汁</li> <li>大根</li> <li>大根の葉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■赤魚のニラ醤油</li> <li>赤魚</li> <li>にら</li> <li>■じゃが芋の胡麻煮</li> <li>じゃがいも</li> <li>人参</li> <li>玉葱</li> <li>豚 ひと肉</li> <li>グリーンピース</li> <li>白ごま</li> <li>■鶏きりとキャベツのサラダ</li> <li>くずきり</li> <li>キャベツ</li> <li>中華ドレッシング</li> <li>■高野豆腐の味噌汁</li> <li>高野豆腐</li> <li>青ネギ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■鶏の肝煮</li> <li>鶏きも煮</li> <li>いんげん</li> <li>■ふーちゃんぶるー</li> <li>焼きふ</li> <li>玉葱</li> <li>人参</li> <li>チンゲンツァイ</li> <li>ツナ缶</li> <li>鶏卵</li> <li>■菜の花の和え物</li> <li>菜の花</li> <li>赤ピーマン</li> <li>胡麻ドレッシング</li> <li>■南瓜の味噌汁</li> <li>日本かぼちゃ</li> </ul>	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	21	22	23	24	25	26
昼食	★振替休日★	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■かに風味シューマイ</li> <li>カニシュウマイ</li> <li>■みそバター肉じゃが</li> <li>じゃがいも</li> <li>玉葱</li> <li>人参</li> <li>グリーンピース</li> <li>豚 ひと肉</li> <li>■大根の青シソ和え</li> <li>大根</li> <li>なると</li> <li>青じそドレ</li> <li>■中華スープ</li> <li>鶏卵</li> <li>青ねぎ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■沖縄そば</li> <li>沖縄そば</li> <li>沖繩そばだし</li> <li>豚三枚肉</li> <li>丸長かまぼこ</li> <li>青ねぎ</li> <li>■キャベツのゆかり和え</li> <li>キャベツ</li> <li>人参</li> <li>ゆかり</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■野菜ハンバーグ</li> <li>豚 ひと肉</li> <li>玉葱</li> <li>ミックスベジタブル</li> <li>鶏卵</li> <li>■春雨炒め</li> <li>はるさめ</li> <li>玉葱</li> <li>いんげん</li> <li>きくらげ</li> <li>人参</li> <li>ツナ缶</li> <li>■オクラの磯和え</li> <li>オクラ</li> <li>きざみのり</li> <li>和風おろしドレッシング</li> <li>■南瓜の味噌汁</li> <li>日本かぼちゃ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■たらのカレーマヨ焼き</li> <li>たら</li> <li>マヨネーズ</li> <li>カレー粉</li> <li>■白菜のオイスター炒め</li> <li>白菜</li> <li>ミックスピーマン</li> <li>干しいたけ</li> <li>豚こま肉</li> <li>■菜の花のゆず味噌和え</li> <li>菜の花</li> <li>ゆず味噌ドレッシング</li> <li>■もずくのみそ汁</li> <li>おきなわもずく</li> <li>大根の葉</li> </ul>	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	お誕生日ケーキ	牛乳	
昼食	28	29	30	31		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■若鶏の竜田揚げ</li> <li>若鶏の竜田揚げ</li> <li>■人参シリシリ</li> <li>人参</li> <li>玉葱</li> <li>ライトツナ缶</li> <li>鶏卵</li> <li>■きゅうりとワカメの酢の物</li> <li>きゅうり</li> <li>わかめ</li> <li>むきえび</li> <li>和風おろしドレッシング</li> <li>■青菜のみそ汁</li> <li>ほうれん草</li> <li>油揚げ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■タラの胡麻焼</li> <li>たら</li> <li>白ごま</li> <li>■白菜炒め</li> <li>白菜</li> <li>玉葱</li> <li>人参</li> <li>豚こま肉</li> <li>系かつお</li> <li>■いんげんの和え物</li> <li>いんげん</li> <li>白ハム</li> <li>和風ドレッシング</li> <li>■大根の味噌汁</li> <li>大根 大根の葉</li> </ul>	★次年度準備・家庭保育★	<ul style="list-style-type: none"> <li>■米飯 精白米</li> <li>■野菜ハンバーグ</li> <li>豚 ひと肉</li> <li>玉葱</li> <li>ミックスベジタブル</li> <li>鶏卵</li> <li>■春雨炒め</li> <li>はるさめ</li> <li>玉葱</li> <li>いんげん</li> <li>きくらげ</li> <li>人参</li> <li>ツナ缶</li> <li>■オクラの磯和え</li> <li>オクラ</li> <li>きざみのり</li> <li>和風おろしドレッシング</li> <li>■南瓜の味噌汁</li> <li>日本かぼちゃ</li> </ul>	★次年度準備・休園★ 	
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	