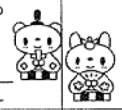
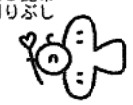
★　3月　ひよこ・かえで　献立表　★

	1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	14 月	15 火
昼食	■ごはん 米 ■鮭の塩焼き さけ りょうり酒 しお キャノーラ油 ■がんも煮 がんもどき にんじん さやいんげん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる たまねぎ しめじ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■チキンチャップ とりにく りょうり酒 たまねぎ マッシュルーム缶 ケチャップ とんかつソース さとう しお キャノーラ油 ■ポテトサラダ じゃがいも きゅうり にんじん マヨネーズ しお ■スープ コーン ほうれんそう ブイヨン しお	■ちらし寿司 米 穀物酢 三温糖 しお 白ごま 高野とうふ にんじん 干しいたけ 干兵 濃口しょうゆ さとう みりん風 削りぶし ハム 菜の花 からすかれい さとう 色粉紅 にんじん ■鯖のカレー風味焼き さば りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 純カレー キャノーラ油 ■さつま芋の煮物 さつまいも きぬさや さとう 淡口しょうゆ ■すまし汁 ふ にんじん 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし ■三色花ゼリー 三色花ゼリー 	■ビーフカレー 米 ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■ごぼうサラダ ごぼう きゅうり ツナ水煮 にんじん マヨネーズ 濃口しょうゆ	■鶏そぼろ丼 米 鶏ひき肉 しょうが さとう 濃口しょうゆ コーン キャノーラ油 しお ほうれんそう キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ しお ■オクラの和え物 おくら にんじん みりん風 濃口しょうゆ ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ みりん風 さとう しお 白ごま キャノーラ油 ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる たまねぎ こまつな あぶらあげ みそ だし昆布 削りぶし **今年度も終わりに近づき・・・**	■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく りょうり酒 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう みりん風 キャノーラ油 ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり にんじん 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■すまし汁 わかめ ふ 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■たきこみごはん 米 しめじ にんじん こんにゃく あぶらあげ 淡口しょうゆ みりん風 りょうり酒 だし昆布 削りぶし ■カレイの煮付け からすかれい しょうが 濃口しょうゆ さとう みりん風 りょうり酒 ■インゲンのツナ和え さやいんげん たまねぎ 赤ピーマン ツナ水煮 濃口しょうゆ ■みそしる にんじん とうふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 今年度も終わりに近づきました。 子どもたちに給食を通して、食べることの楽しさを感じるきっかけになっていれば、嬉しいです。 来年度も子どもたちに安心・安全な給食を提供できるように、給食員一同頑張って参ります。	■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 豚ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン しお キャノーラ油 パセリ缶 ■ミニポトフ だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお 	■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ	■牛丼 米 牛バラ たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ みりん風 ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 精白米 ■鯖の塩焼き さば しお ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬさや 削りぶし さとう しお 淡口しょうゆ みりん風 ■みそしる たまねぎ きゃべつ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 精白米 ■ポークチャップ ぶたにく りょうり酒 たまねぎ マッシュルーム缶 ケチャップ さとう しお キャノーラ油 ■大豆サラダ だいず水煮 ミックスビーンズ にんじん さやいんげん マヨネーズ ■スープ たまねぎ コーン ブイヨン しお
10時	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶
3時	■ポップコーン（ココア） ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■お麩のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■フライドポテト じゃがいも キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳	■フライドさつまいも さつまいも キャノーラ油 ■牛乳 牛乳

	16 水	17 木	18 金	19 土	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	28 月	29 火	30 水	31 木
昼食	■ごはん 米 ■鶏肉のポン酢炒め とりにく たまねぎ ブロッコリー にんじん ポンズ みりん風 しお キャノーラ油 ■小松菜と厚揚げの煮物 あつあげ こまつな ごま油 濃口しょうゆ さとう みりん風 削りぶし ■みそしる ふ だいこん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■やきそば 小麦中華めん ぶたにく きゃべつ 緑豆もやし にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 さつまいも ごぼう とうふ にんじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■カレーチャーハン 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん バセリ缶 赤ピーマン とりがらスープ 濃口しょうゆ カレー粉 キャノーラ油 しお ■インゲンの中華和え さやいんげん にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ とりがらスープ 淡口しょうゆ 	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■カリフラワーのポン酢和え カリフラワー にんじん ポンズ ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	春分の日 	■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 しょうが キャノーラ油 ■大豆の磯煮 だいず水煮 ひじき こんにゃく にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ みりん風 削りぶし ■みそしる だいこん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏肉のマヨネーズ焼き とりにく りょうり酒 しお たまねぎ にんじん バセリ缶 マヨネーズ キャノーラ油 ■オクラのツナ和え おくら にんじん ツナ水煮 みりん風 濃口しょうゆ ■スープ しめじ たまねぎ ブイヨン しお 	■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし しお さとう 淡口しょうゆ みりん風 ■野菜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん にら 緑豆もやし キャノーラ油 とりがらスープ しお 濃口しょうゆ	■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお 	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう みりん風 りょうり酒 だし昆布 削りぶし ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー コーン 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■牛肉の甘辛炒め ぎゅうにく りょうり酒 たまねぎ にんじん にら 濃口しょうゆ さとう みりん風 りょうり酒 キャノーラ油 ■インゲンのごま和え さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■みそしる だいこん しめじ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚じゃが ぶたにく りょうり酒 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし きぬさや ■ほうれん草のソテー ほうれんそう ハム キャノーラ油 しお ■みそしる ふ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■白身魚の唐揚げ ホキ りょうり酒 濃口しょうゆ みりん風 しょうが こめ粉 かたくり粉 キャノーラ油 ■キャベツの酢の物 きゃべつ きゅうり かまぼこ 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■みそしる とうふ にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	新年度準備
10時	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶		■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	
3時	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツヨーグルト ヨーグルト パイン缶 ■お茶 ほうじ茶	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳		■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■鮭とゴマのおにぎり 米 白ごま しお 鮭 りょうり酒 ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■フルーツ（カクテル缶） ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■コーンフレークの洋風おこし コーンフレーク マシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳	■ポップコーン（きなこ） ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳	