





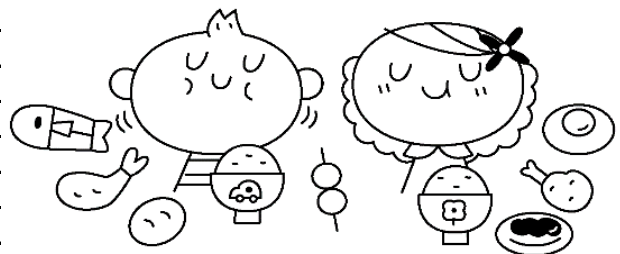


2023年3月献立表

材料の都合により変更になる場合があります

	日	曜日	献立	材料
	1	水	弁当日	
	2	木	ポークカレー ブロッコリーサラダ プリンタルト	豚肉 ジャガ芋 人参 玉葱 しめじ カレールウ シーチキン ブロッコリー サラダチーズ コーン プリンタルト
	3	金	(ひな祭り誕生会) ちらし寿司 お吸い物 ミートボール ほうれん草おかか和え ひなあられ	白米 人参 かんぴょう 干し椎茸 筍水煮 レンコン 卵 刻み海苔 花麩 えのき 豆腐 小葱 桜でんぶ ミートボール ほうれん草 キャベツ かつお節 ひなあられ
	4	土		
	5	日		
	6	月	すき焼き 胡瓜とトマトの酢味噌和え 金時豆煮	牛肉 白菜 椎茸 しらたき 白ネギ 人参 豆腐 胡瓜 トマト 乾燥わかめ 金時豆
	7	火	白菜としめじの豆乳スープ グリルチキン ひじきサラダ	ベーコン 白菜 しめじ 大根 人参 豆乳 ひじき 胡瓜 シーチキン コーン 鶏肉
	8	水	(ひまわり リクエストメニュー) スペシャルうどん 餃子 さつま芋オレンジ煮	うどん 鶏肉 白菜 大根 椎茸 小葱 人参 さつま芋 オレンジジュース 餃子
	9	木	麻婆豆腐 キャベツの中華風サラダ 厚焼き卵ウインナー	豆腐 豚挽き肉 白ネギ 人参 玉葱 干し椎茸 ウインナー 卵 キャベツ 胡瓜 人参 ごま コーン
	10	金	(誕生会) とり天 エビフライ 野菜サラダ 誕生日ケーキ	鶏肉 エビフライ レタス 胡瓜 パプリカ 水菜 人参 モンブラン
	11	土		
	12	日		
	13	月	サバ塩焼き 切干大根煮 春雨酢の物 (かまぼこ)	鯖 切干大根 人参 板こんにゃく 油揚げ 干し椎茸 胡瓜 カマボコ 春雨 乾燥わかめ
	14	火	弁当日	
	15	水	(さくら リクエストメニュー) ワカメ青菜ご飯 メンチカツ フライドポテト 中華サラダ お祝いデザート	米 小松菜 乾燥わかめ メンチカツ フライドポテト ロースハム もやし 人参 胡瓜 春雨 コーン いちごゼリー
	16	木	(卒園式)	
	17	金	(修了式) Ca強化の日	チーズドック
	18	土		
	19	日		
	20	月		
	21	火		
	22	水		
	23	木		
	24	金	春休み	
	25	土		
	26	日		
	27	月		
	28	火		
	29	水		
	30	木		
	31	金		



今月はさくらぐみ・ひまわりぐみリクエストメニュー月間です！

3・8・15日は完全給食

**納豆味噌レシピ** 大人気メニューです納豆嫌いのお子さんもきっとリクエストしてくれると思います。

材料：豚ひき肉50g ひきわり納豆45g (1パック) ニラまたは小葱20g

① 砂糖 大さじ1 味噌 大さじ1 醤油 小さじ1/2

豚ミンチを炒めて火が通ったら納豆を加えて炒めます。①を混ぜ合わせて炒める

※焦げやすいので注意してください！ 最後にニラ又は小葱を混ぜて火を通します