

甲南こども園 令和3年 3月 給食献立表

	曜日	昼食	午前 おやつ	午後 おやつ	材 料
1 15 29	月	ご飯・鯖の塩焼き さつま芋のきんぴら 白菜の昆布もみ みそ汁・果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子	精白米／鯖・塩／ さつま芋・黒ごま・しょうゆ・みりん・上白糖／ 白菜・きゅうり・にんじん・塩昆布・しょうゆ／ 豆腐・わかめ・出汁・みそ／バナナ 牛乳／菓子
2	火	☆三色ちらし寿司 ☆和風肉団子・南瓜の煮物 ☆ひじきと豆腐の和え物 ☆花麩のすまし汁・果物	牛乳 菓子	お茶 さくら餅	精白米・鮭フレーク・卵・枝豆・にんじん・酢・みりん・上白糖・塩／ 鶏挽肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・牛乳・卵・しょうゆ・みりん・上白糖・片栗粉／南瓜・出汁・しょうゆ・みりん・上白糖／ 豆腐・ひじき・にんじん・ほうれん草・みそ・マヨネーズ／ 花麩・えのき・わかめ・出汁・しょうゆ・みりん／オレンジ 精白米・もち米・食紅・こしあん・桜の葉の塩漬
16 30	火	◎ナン・◎カレー(インド) ちくわのゆかり揚げ ミモザサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳 ◎ちぢみ (韓国)	ナン／豚もも肉・玉ねぎ・にんじん・じゃが芋・油・カレールー／ ちくわ・小麦粉・ゆかり／ ブロッコリー・にんじん・ハム・卵・マヨネーズ／ コーンフレーク・カップヨーグルト／ 牛乳・豚挽肉・きゃべつ・にんじん・もやし・ねぎ・お好み漬物・鶏がらスープの素・ポン酢・ごま油・白ごま
17	水	ご飯・◎アヤムゴレン(マレーシア) 納豆スパゲティ 小松菜のお浸し ◎リボンパスタスープ(イタリア)	牛乳 菓子	牛乳 ◎ピサ ンゴレン (マレー シア)	精白米／鶏もも肉・小麦粉・片栗粉・油・チキンコンソメ／ スパゲティ・納豆・しめじ・水菜・細切のり・バター・しょうゆ／ 小松菜・白菜・にんじん・かつお節・出汁・しょうゆ・みりん／ リボンパスタ・玉ねぎ・ブロッコリー・チキンコンソメ／りんご 牛乳／ホットケーキミックス・粉砂糖・バナナ
31	水	ハヤシライス ちくわの蒲焼 豆腐の中華風和え物 ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳 菓子	精白米・牛もも肉・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・ハヤシルウ／ ちくわ・小麦粉・しょうゆ・みりん・上白糖／ 豆腐・きゅうり・酢・上白糖・しょうゆ・ごま油／ ヨーグルト／ 牛乳／菓子
4 18	木	わかめご飯・牛肉のオムレツ カラフルビーフンソテー 酢の物 ◎ちゃんぽん(日本)・果物	牛乳 菓子	牛乳 ◎サモ サ (インド)	精白米・わかめご飯の素／卵・牛もも肉・ブロッコリー・玉ねぎ・牛乳・油・チキンコンソメ／ ビーフン・ピーマン・赤パプリカ・しょうゆ・みりん／ 大根・にんじん・かにかま・酢・みりん・上白糖／ 中華麺・かまぼこ・きゃべつ・ピーマン・鶏ガラスープ／オレンジ 牛乳／ワンタンの皮・じゃが芋・カレー粉・チキンコンソメ
5 19	金	ご飯・鯖の照り焼き そぼろきんぴら きゃべつサラダ みそ汁・果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子	精白米／鯖・しょうゆ・みりん・上白糖／ 豚挽肉・ごぼう・れんこん・いんげん・油・しょうゆ・みりん・上白糖／ きゃべつ・トマト・ツナ・マヨネーズ／ さつま芋・薄揚げ・ねぎ・出汁・みそ／バナナ 牛乳／菓子
6	土	ビビンバご飯(韓国) 厚揚げのみそ炒め きゅうりとわかめの酢物 中華スープ・果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子	精白米・豚挽肉・にんじん・ほうれん草・もやし・ごま・上白糖・しょうゆ・ごま油・塩／ 厚揚げ・ツナ・しいたけ・玉ねぎ・出汁・みそ／ きゅうり・トマト・わかめ・酢・しょうゆ・上白糖・塩／ 白菜・チンゲン菜・鶏ガラスープの素／オレンジ 牛乳／菓子
8 22	月	ご飯・牛肉の卵とじ 南瓜のミルク煮 和風マリネ みそ汁・果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子	精白米／牛もも肉・玉ねぎ・いんげん・卵・出汁・しょうゆ・みりん／ 南瓜・牛乳・チキンコンソメ／ しらす干し・大根・きゅうり・にんじん・酢・上白糖・塩／ 豆腐・薄揚げ・わかめ・出汁・みそ／バナナ 牛乳／菓子
9 23	火	ご飯・鯖のごまみそ焼 ひじきのそぼろ煮 春巻きの酢の物 すまし汁・果物	牛乳 菓子	牛乳 ◎シュ トレン (ドイツ)	精白米／鯖・酒・みそ・みりん・上白糖・すりごま／ 鶏挽肉・ひじき・にんじん・いんげん・出汁・しょうゆ・みりん／ 春雨・ハム・きゅうり・酢・上白糖・みりん・しょうゆ・ごま油／ おつゆ麩・かまぼこ・わかめ・出汁・しょうゆ・みりん／オレンジ 牛乳／ホットケーキミックス・バター・卵・上白糖・レーズン・バイン・バクイ・クランベリー・粉砂糖
10	水	◎ハンバーガー(アメリカ) ◎ポテトフライ(アメリカ) ブロッコリーのじゃこ和え コンソメスープ・果物	牛乳 菓子	お茶 五平餅	ロールパン・合挽肉・玉ねぎ・きゃべつ・豆腐・パン粉・牛乳・卵・ケチャップ・お好みソース・上白糖／ フライドポテト・油・塩・粉パセリ／ ブロッコリー・にんじん・しらす干し・しょうゆ／ 白菜・じゃが芋・コーン・チキンコンソメ／りんご 精白米・みそ・みりん・上白糖・味付のり
24	水	◎ハンバーガー(アメリカ) ◎ポテトフライ(アメリカ) ブロッコリーのじゃこ和え コンソメスープ・果物	牛乳 菓子	お茶 ぼたもち	ロールパン・合挽肉・玉ねぎ・きゃべつ・豆腐・パン粉・牛乳・卵・ケチャップ・お好みソース・上白糖／ フライドポテト・油・塩・粉パセリ／ ブロッコリー・にんじん・しらす干し・しょうゆ／ 白菜・じゃが芋・コーン・チキンコンソメ／りんご もち米・精白米・小豆・上白糖・きな粉
11 25	木	ご飯・◎鶏肉の唐揚げ(日本) ◎ウインナーソテー(ドイツ) ポテトサラダ 中華スープ・果物	牛乳 菓子	牛乳 ◎プター ケーヘン (ドイツ)	精白米／鶏もも肉・しょうゆ・みりん・上白糖・片栗粉・油／ ウインナー・きゃべつ・赤パプリカ・ピーマン・油・チキンコンソメ／ じゃが芋・コーン・にんじん・きゅうり・マヨネーズ／ 白菜・しいたけ・鶏がらスープの素・ごま油／みかん 牛乳／デニッシュパン・バター・グラニュー糖
12 26	金	ご飯・タラのカレーマヨ焼き ◎ナポリタンスパゲティ(イタリア) 小松菜となめたけの和え物 わかめスープ・果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子	精白米／タラ・小麦粉・カレー粉・マヨネーズ・粉パセリ／ ベーコン・スパゲティ・玉ねぎ・ピーマン・粉チーズ・油・ケチャップ・上白糖／ 小松菜・白菜・にんじん・なめたけ／ もやし・わかめ・白ごま・鶏がらスープの素／バナナ 牛乳／菓子
13 27	土	ご飯・豚肉の野菜巻き 厚揚げの煮物 れんこんの梅おかか和え みそ汁・果物	牛乳 菓子	牛乳 菓子	精白米／豚挽肉・ごぼう・にんじん・いんげん・しょうゆ・みりん・上白糖・片栗粉／ 厚揚げ・小松菜・出汁・しょうゆ・みりん・上白糖／ れんこん・にんじん・きゅうり・練梅・みりん・上白糖・かつお節／ 南瓜・玉ねぎ・ねぎ・出汁・みそ／バナナ 牛乳／菓子

★はエジプトの料理です。

★お誕生会メニュー★

3	水	★エイシ(パン)・★ケバブ 大豆とじゃこの甘辛揚げ きゃべつとハムのサラダ ★シャクシューカ・果物	牛乳 菓子	牛乳 ★サン プーサク	パン／鶏もも肉・チキンコンソメ・カレー粉・ヨーグルト／ 水煮大豆・ごぼう・しらす干し・白ごま・青のり・片栗粉・油・しょうゆ・みりん・上白糖／ ★キャベツ・ハム・コーン・ブロッコリー・マヨネーズ／ 玉ねぎ・にんじん・じゃが芋・トマト缶・チキンコンソメ／りんご 牛乳／ギョーザの皮・豚挽肉・玉ねぎ・粉パセリ・ケチャップ・チキンコンソメ・上白糖・油
---	---	--	----------	-------------------	---

※午前のおやつは、0・1歳対象です。

※材料購入の都合により、献立を変更する場合があります。

※23日はお別れ遠足のため給食はありません。(0・1歳は給食あり)

※☆は甲南女子大学の医療栄養学科の学生が考えたメニューです。

※◎は5歳児のリクエストメニューです。