

3月給食だより

2020年3月発行

栄町あおぞら保育園

～毎月1日は「野菜の日」です。家庭でも野菜をたくさん食べましょう～

- ※ く)内は、汁物の具です。
- ※ ひよこ組(1歳児)・うさぎ組は朝牛乳(70ml)、おやつ(90ml)があります。
- ※ おやつは、牛乳・果物がつきます。
- ※ 展示食は幼児の量です。未満児は幼児の0.8倍の量です。

月 火 水 木 金 土

2	きゅうり	3	大根	4	酢昆布	5	人参	6	カリフラワー	7	煮干し
	ごはん 味噌汁 (大根・舞茸) 豆腐チャンプルー スティック野菜 たけのこおかか煮 野菜たっぷりビザトースト		ちらし寿司 すまし汁 (あさり・小ねぎ) 鶏肉松風焼き 菜の花お浸し 茄子みそ炒め		ごはん 味噌汁 (豆腐・なめこ) たら香味揚げ ほうれん草お浸し 南瓜グラッセ		ジャムサンド オニオンコンスープ 豚肉カレー炒め 胡瓜醤油和え ひじきサラダ		ごはん 味噌汁 (キャベツ・麩) 鶏肉味噌焼き 小松菜と人参のツナ和え さつま芋バター煮		かしわうどん じゃが芋味噌煮 ブロッコリー生要和え
9	セロリ	10	ブロッコリー	11	煮ごぼう	12	きゅうり	13	人参	14	すめめ
	ごはん スープ (小松菜・コーン) 鶏肉ハンガリー風煮込 大根ごまマヨネーズ チンゲン菜とちくわのソテー		ごはん 味噌汁 (ほうれん草・えのき) かいらい味噌マヨネーズ焼き ひじきの煮物 春雨サラダ		麦ごはん 根菜汁 厚焼き卵 二色お浸し 大豆と鶏肉の煮物		フランスパン ミネストローネ ほっけ香味揚げ 小松菜コンソテー じゃが芋ホクホクサラダ		鮭わかめご飯 スープ (レタス・ベーコン) ポークチャップ風 コンソテー 野菜盛り合わせ		味噌ラーメン ほうれん草のり和え ミニトマト
16	酢昆布	17	大根	18	カリフラワー	19	セロリ	20		21	
	ごはん 味噌汁 (大根・舞茸) 豆腐チャンプルー スティック野菜 たけのこおかか煮 ビザトースト		ごはん 味噌汁 (人参・えのき) ハンバーグ 小松菜お浸し もやしとピーマンのソテー		ごはん 味噌汁 (豆腐・なめこ) たら香味揚げ ほうれん草お浸し 南瓜グラッセ		ジャムサンド オニオンコンスープ 豚肉カレー炒め 胡瓜醤油和え ひじきサラダ じゃがバター		春分の日		卒園式
23	ブロッコリー	24	煮ごぼう	25	きゅうり	26	人参	27	酢昆布	28	すめめ
	ごはん スープ (小松菜・コーン) 鶏肉ハンガリー風煮込 大根ごまマヨネーズ チンゲン菜とちくわのソテー		ごはん 味噌汁 (ほうれん草・えのき) かいらい味噌マヨネーズ焼き ひじきの煮物 春雨サラダ		麦ごはん 根菜汁 厚焼き卵 二色お浸し 大豆と鶏肉の煮物		フランスパン ミネストローネ ほっけ香味揚げ 小松菜コンソテー じゃが芋ホクホクサラダ		ごはん 味噌汁 (大根・麩) 炒め納豆 ブロッコリー醤油マヨネーズ コンソテー		味噌ラーメン ほうれん草のり和え ミニトマト
30	酢大根	31	カリフラワー								
	ごはん 豆乳味噌汁 (白菜・コーン) 鶏肉カレー焼き キャベツと胡瓜のツナ和え ごま人参 ミルクパン		ごはん 味噌汁 (人参・えのき) ハンバーグ 小松菜お浸し もやしとピーマンのソテー ホットケーキ								

食べたものはどこへ行くの？

