

# 献立表



金城こども園

※食材の都合により、献立を変更することがあります。

2024年03月

●卵 乳アレルギー

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名		
				黄	赤	緑
1	金	ひな祭りメニュー ●ちらし寿司、豆腐ナゲット、●イナムル汁 ひなあられ	●さくらもち ●牛乳	熱と力になるもの 米(精白米)、砂糖、油 油、片栗粉 こんにやく	血や肉や骨になるもの ●卵、油あげ ①(卵)油あげ(皮なし)、とうふ(木綿豆腐) 豚肩ロース、米みそ(甘みそ)、かす(かす)※	体の調子を整えるもの たまねぎ、ニンニク だいこん、長ねぎ、万能ねぎ、干しいたけ
2	土	中華丼、わかめのみそ汁、果物(オレンジ)	昆布おにぎり	小麦粉、油、白玉粉	●牛乳 ①(生)、●脱脂粉乳(スキムミルク)	いちご
4	月	ひかり1組リクエストメニュー ●沖繩そば、きゅうりのツナサラダ、●プリン	キャラメル ポップコーン ●牛乳	米(精白米)、ごま油、片栗粉、砂糖	ふた肉(もも) 米みそ(甘みそ)	万能ねぎ、しょうが きゅうり、わかめ(乾)
5	火	わかめご飯、さばの竜田揚げ 小松菜とコーンの和え物、厚揚げのみそ汁 果物(バナナ)、●牛乳	筍おこわ	米(精白米)	●牛乳	こんぶ佃煮
6	水	●タコライス、●ポテトサラダ わかめスープ、●パースデーケーキ ●ジョア	豆乳もち	ゆで沖繩めん、砂糖 ごま油、砂糖	ふた肉(三枚肉)、①(かまぼこ、かつお節) ツナ(油漬缶)	万能ねぎ、しょうが きゅうり、わかめ(乾)
7	木	玄米ご飯、●魚の和風マヨ焼き かぼちゃのそぼろ煮、●アーサのかき玉汁 果物(りんご)、●牛乳	●サーター アンダギー	米(精白米)、米(発芽玄米) ●マヨネーズ 片栗粉、油	●生クリーム ●ヤクルト 豆乳、きなこ	カットわかめ しょうが ごま油、にんじん、コーン(缶) しめじ、万能ねぎ パインアップル
8	金	お弁当会	●フレンチトースト ●牛乳	米(精白米)、米(発芽玄米) ●マヨネーズ 片栗粉、油	めかじき とり肉(ひき肉) ●卵 ●牛乳	長ねぎ、こんぶ佃煮、万能ねぎ かぼちゃ 万能ねぎ、あおさ、アーサ りんご かぼちゃ
9	土	照り焼き丼、さつまいものみそ汁 果物(オレンジ)	ホットケーキ	小麦粉、揚げ油、黒砂糖、砂糖、油	●牛乳 ●卵	かぼちゃ
11	月	ひかり2組リクエストメニュー ●ミートスパゲティ、プロッコリーサラダ コーンスープ、ミニゼリー	もちもちどら焼き ●牛乳	米(精白米)、砂糖、ごま油 さつまいも	●牛乳、●卵 ●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、にんじん ●はんぺん、●チーズ とうふ(木綿豆腐)、米みそ(甘みそ) パインアップル とうもろこし
12	火	ご飯、サバのみそ煮、●麩ちゃんぶるー アーサのすまし汁、果物(りんご)●牛乳	●きなこクリーム パン	米(精白米)、砂糖、ごま油 さつまいも	●牛乳、●卵 ●牛乳	万能ねぎ にんじん、刻みこんぶ、にら 万能ねぎ、わかめ(乾) グレープフルーツ
13	水	梅納豆ご飯、西京焼き、●人参しりしりー 根菜みそ汁、果物(グレープフルーツ)、●牛乳	ぜんざい クラッカー	米(精白米)、砂糖、ごま油 さつまいも	●牛乳、●卵 ●牛乳	万能ねぎ にんじん、いんげん、干しいたけ かぼちゃ、万能ねぎ りんご
14	木	五穀米ご飯、豚肉のしょうが焼き ごぼうの和え物、なめこのみそ汁 ●かるかん	ココアスコーン ●牛乳	米(精白米)、砂糖、ごま油 さつまいも	●牛乳、●卵 ●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、万能ねぎ りんご
15	金	ご飯、ハニーマスタードチキン ●洋風おからいりちー、●卵スープ 果物(オレンジ)	にゅうめん	米(精白米)、砂糖、ごま油 さつまいも	●牛乳、●卵 ●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、万能ねぎ りんご
16	土	豚とキャベツのみそ炒め丼、根菜みそ汁 果物(バナナ)	鶏そぼろおにぎり	米(七分つき米)、砂糖 じゃがいも	●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、万能ねぎ りんご
18	月	ご飯、レバーバーグ、白菜コーンサラダ もずくスープ、果物(バナナ)	●胡麻クッキー ●牛乳	米(精白米) ①(生)粉 砂糖、オリーブ油	ふた肉(ひき肉)、ふた肉(レバー)、豆乳	万能ねぎ、ニンニク はくさい、りんご、コーン(缶)、きゅうり もずく(塩めき)、だいこん、長ねぎ バナナ

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名		
				黄	赤	緑
19	火	ご飯、●鮭のムニエル、鶏肉とセロリソテー 豆腐スープ、果物(オレンジ)、●牛乳	●りんごの マフィン	米(精白米) 小麦粉 油	熱と力になるもの 血や肉や骨になるもの 体の調子を整えるもの	さけ(鮭)、●バター とり肉(若鶏もも、皮なし) とうふ(木綿豆腐) ●牛乳 ●牛乳、●無塩バター、●卵
21	木	●肉わかめうどん、●野菜のかき揚げ 枝豆の白和え、果物(りんご)、●牛乳	ハンダマおにぎり 小魚	ゆでうどん さつまいも、①(てんぷら粉、揚げ油)	豚肩ロース、①(なると)	長ねぎ、カットわかめ かぼちゃ、にんじん にんじん、コーン(缶)、えだまめ りんご
22	金	ご飯、●魚のオーロラソース焼き 豆腐ちゃんぶる、きのこのスープ 果物(グレープフルーツ)	●ココア蒸しパン ●牛乳	米(精白米) ●マヨネーズ 油	さけ(鮭) とうふ(沖繩豆腐)、豚肩ロース	ハセリ キャベツ、にんじん、にら えのきたけ、しめじ、にんじん グレープフルーツ
23	土	そぼろ丼、なすのみそ汁、果物(みかん)	焼きいも	米(精白米)、砂糖、油	●牛乳、●卵 ●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、にんじん はくさい、きゅうり なす、たまねぎ、長ねぎ みかん
25	月	青菜ご飯、すき焼き風煮物 ●はんぺんチーズ焼き、しめじと豆腐のみそ汁 果物(バナナ)	焼きとうもろこし せんべい ●牛乳	米(精白米) しらたき、砂糖	●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、にんじん みかん、しょうが、たまねぎ、しょうが、きゅうり なす、たまねぎ、長ねぎ みかん
26	火	ご飯、●魚のマヨみそ焼き、クープイリチー 豆腐とわかめのすまし汁 果物(グレープフルーツ)	●ヒラヤーチー ●牛乳	米(精白米) ●マヨネーズ 油、砂糖	めかじき、米みそ(甘みそ) ぶた肉(はら)、だいず(水煮缶) とうふ(木綿豆腐)	万能ねぎ にんじん、刻みこんぶ、にら 万能ねぎ、わかめ(乾) グレープフルーツ
27	水	ご飯、チキンのトマトソースかけ ●豆腐とさつまいものサラダ ●パイヤースープ 果物(りんご)、●牛乳	鮭おにぎり おしゃぶり昆布	小麦粉、油	●卵、ツナ(油漬缶) ●牛乳	万能ねぎ にんじん、刻みこんぶ、にら 万能ねぎ、わかめ(乾) グレープフルーツ
28	木	きびご飯、さばの塩焼き 鶏肉とさつまいもの筑前煮、からし菜のみそ汁 果物(オレンジ)、●牛乳	おから餅の 磯辺焼風	米(精白米) オリーブ油 さつまいも、こんにやく、●ごまドレッシング	●牛乳、●卵 ●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、にんじん はくさい、きゅうり なす、たまねぎ、長ねぎ みかん
29	金	●もずく丼、キャベツのおかか和え 油揚げのみそ汁、果物(バナナ)	●バリバリピザ ●牛乳	米(精白米)、きび(精白粉)	●牛乳、●卵 ●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、にんじん はくさい、きゅうり なす、たまねぎ、長ねぎ みかん
30	土	ピビンパ丼、中華スープ、果物(りんご)	梅わかめおにぎり	米(精白米)、砂糖、ごま油、油	●ピザ用チーズ、①(ペーコ) ●牛乳	からしな はさい、長ねぎ、万能ねぎ りんご

卒園おめでとう!!

卒園するひかり組さんからの今まで食べた給食の中で  
思い出に残った献立や子ども達が好きな給食を  
リクエストメニューとしていただきます。

今年のリクエスト  
3月4日 ひかり1組  
沖繩そば、プリン

3月11日 ひかり2組  
ミートスパゲッティ、コーンスープ、ミニゼリー

ひな祭り

ひな祭りは、女の子の健やかな成長を祈る節句の年間行事です。  
ひな祭りの行事食には、それぞれに込められた意味があります。

ひし餅・ひなあられ  
3つの色に願いが込められています。  
桃色は「魔除け」、白は「清浄」、緑は「健康」

ちらし寿司  
具のエビは腰が曲がって「長寿」の象徴  
レモンは穴が開いて「先の見通しがきく」  
豆は「まめに働けるように」  
などの縁起の良い具材がたくさん入っています。

白酒(甘酒)  
厄除けの意味があります。ハマグリのお吸い物  
ハマグリは二枚貝で対の貝殻しか  
組み合わないことから将来夫婦円満に  
暮らせるよんという意味があります。