3月給食だより

こども献立表

雨尾幼稚園 様

日付	曜日	こんだて	主な材料と体内での働き			kcal	たんぱく質g
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの		
4	月	ビーフンソテー 照り焼きハンバーグ タンポポはんぺん 根菜の煮物・ミニゼリー	ビーフン・砂糖・米	ハンバーグ タンポポはんぺん	ピーマン・牛蒡 蓮根・蒟蒻	376	8.6
5	火	ナムル・メンチカツ キャベツと油揚げ のゆかり和え 杏仁豆腐	胡麻油・杏仁豆腐・米	メンチカツ・油揚げ	人参・もやし・ゆかり キャベツ・小松菜	386	8.6
6	水	ハムともやし のコンソメソテー カレーコロッケ 焼売・高野豆腐の煮物 みかん缶	カレーコロッケ・砂糖 米	ハム・焼売・高野豆腐	もやし・人参 椎茸・みかん	408	9.9
7	木	野菜炒め・チキン南蛮風 赤はんぺん ひじきの煮物 ミニゼリー	片栗粉・砂糖・米	鶏肉・豚肉 赤はんぺん・大豆	キャベツ・ピーマン もやし・ひじき	415	11.7
8	金	塩焼そば・ヒレカツ 鶏じゃが・フルーツ寒天	中華麺・じゃが芋 寒天・米	ヒレカツ・鶏肉	人参・コーン グリンピース・玉葱 パイン・黄桃・みかん	365	6.4
11	月	マカロニソテー 俵コロッケ 切干大根の煮物・黄桃缶	マカロニ・俵コロッケ 米	油揚げ	人参・コーン グリンピース・切干大根 黄桃	379	7.0
12	火	小松菜と油揚げの和風炒め つくね・水餃子 春雨サラダ フルーツミックス	砂糖・水餃子 春雨・米	油揚げ・つくね	人参・小松菜 コーン・黄桃・みかん パイン	389	9.3
13	水	ほうれん草とピーマン のソテー・ハムカツ 大根の煮物・ミニゼリー	砂糖・米	ハムカツ	ピーマン・人参 法蓮草・大根	381	6.5
14	木	蓮根の和風ソテー 野菜コロッケ・オムレツ 中華和え・洋梨缶	砂糖・野菜コロッケ 胡麻油・米	鶏肉・卵	ピーマン・もやし 人参・コーン 蓮根・洋梨	384	9.6
15	金	スパソテー・にら饅頭 ウインナー・ごぼうサラダ ミニゼリー	スパゲティー・ニラ饅頭 砂糖・米	ウィンナー	人参・コーン グリンピース・牛蒡 いんげん	416	9.3
19	火	五目豆 クリーミーコーンコロッケ ミートボール じゃが芋の含め煮 オレンジ	砂糖 クリーミーコーンコロッケじゃが芋・米	大豆・ミートボール	枝豆・人参・蒟蒻 椎茸・いんげん オレンジ	404	10.1
21	木	ウインナーとピーマン ソテー かぼちゃコロッケ 花さつま ひじきと蓮根のサラダ ミニゼリー	南瓜コロッケ・砂糖 胡麻油・米	ウィンナー・花さつま	ピーマン・キャベツ ひじき・蓮根	401	7.8

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。ご飯は、愛知･岩手･秋田県産の白米を使用しております。

（株）ヤオハルフーズ　ＴＥＬ ０５６９－２４－３６７８　　ＦＡＸ ０５６９－２６－５５８９