



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	火	ビーフンソテー 揚げ餃子・赤はんぺん 切干大根の煮物 パイン缶	米・ビーフン・揚げ餃子	赤はんぺん	玉葱・切干大根・人参 パイン	418	7.6
5	水	ナムル・メンチカツ 白菜ともやしのゆかり和え 杏仁豆腐	米・杏仁豆腐・胡麻油	メンチカツ	小松菜・人参・もやし 白菜・ゆかり	407	7.9
6	木	高野豆腐と大豆の トマトソース 野菜コロッケ 青梗菜のお浸し・みかん缶	米・野菜コロッケ・砂糖 片栗粉	高野豆腐・大豆・削り粉	青梗菜・人参・みかん	427	8.8
7	金	野菜炒め・磯辺白身フライ 鶏肉の西京焼き ひじきと蓮根のサラダ ミニゼリー	米・砂糖・胡麻油	鶏肉・磯辺白身フライ 味噌	ピーマン・人参・ひじき 蓮根	436	11.4
10	月	スパソテー・茄子の天ぷら 焼売・大豆と蒟蒻の煮物 白桃缶	米・スパゲティ・小麦粉 焼売・砂糖	大豆	人参・コーン グリーンピース 茄子・蒟蒻・白桃	446	9.9
11	火	人参とミンチの炒め物 ソースカツ・春雨の酢の物 フルーツ寒天	米・砂糖・春雨・寒天	大豆・メンチカツ	人参・コーン・みかん パイン	428	7.5
12	水	マカロニソテー・つくね 水餃子・中華和え・洋梨缶	米・マカロニ・水餃子 砂糖・胡麻油	つくね	人参・コーン・グリーン ピース・もやし・洋梨	454	9.2
13	木	高野豆腐の洋風煮 イカフライ・蒟蒻の金平 マンゴープリン	米・砂糖・胡麻 マンゴープリン	高野豆腐・イカフライ	椎茸・人参・蒟蒻	409	9.9
14	金	もやしの和風ソテー 南瓜コロッケ タンポポはんぺん ひじきの煮物 フルーツミックス	米・砂糖・南瓜コロッケ	タンポポはんぺん・大豆	もやし・ピーマン ひじき・みかん・パイン	422	9.0
17	月	ハムともやしの コンソメソテー 野菜春巻き・花さつま 白菜と油揚げのお浸し 黄桃缶	米・野菜春巻き・砂糖	ハム・花さつま・油揚げ	もやし・白菜・黄桃缶	386	7.5
19	水	白菜のコンソメ煮 南瓜の天ぷら ミートボール 切干大根の フレンチサラダ パイン缶	米・小麦粉	ミートボール	白菜・人参・南瓜 切干大根・コーン パイン	395	6.0
21	金	マカロニ ケチャップソテー カレーコロッケ 高野豆腐の煮物 マンゴープリン	米・マカロニ カレーコロッケ 砂糖・マンゴープリン	高野豆腐	法蓮草・玉葱・椎茸 人参	425	8.4

★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・秋田・青森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

