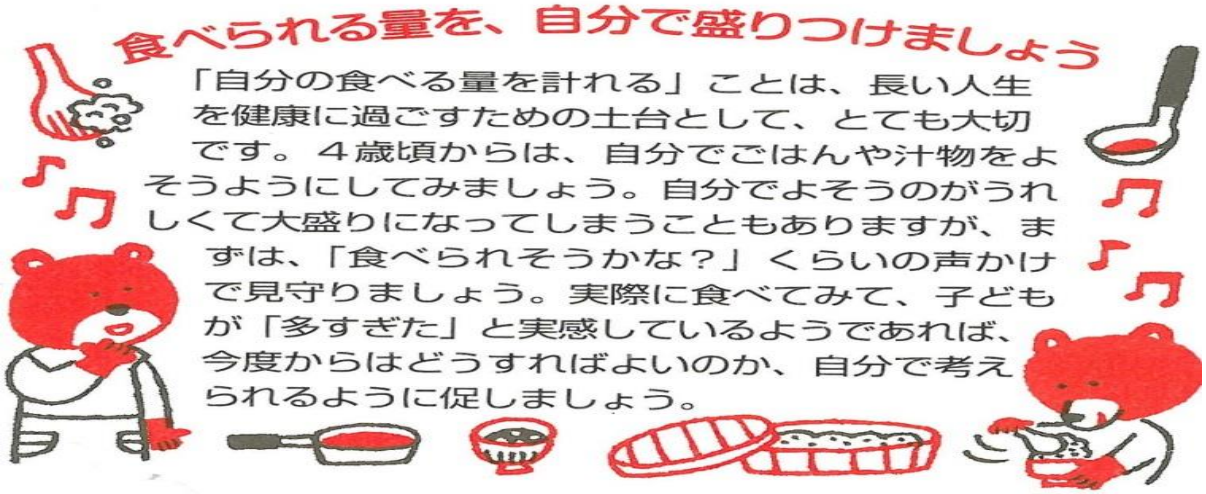
3月メニュー

2014年度　石川三育保園　献立表

		1歳児朝のおやつ	献立	材料	おやつ
2	月	クッキー	ちらし寿司　スープ サラダ　フルーツ	金芽米、押し麦　、人参、レンコン、しいたけ、ごま、タンパッキー のり、もやし　キュウリ　わかめ　青ネギ、パイン缶	ポテトフライ
3	火	せんべい	雑炊　、フルーツ えだまめ	金芽米、押し麦　もちきび　えのき　人参　玉葱　しめじ 青ねぎ,葉野菜,リンケッツ、でこぽん、枝豆	蒸かしイモ・豆乳
4	水	クッキー	野菜カレー　フルーツ コールスローサラダ	押し麦、もちきび、　胚芽米　じゃがいも　人参　玉葱　ニンニク レタス　トマト　キュウリ　ワカメ　おしむぎ、いよかん	りんごぜりー
5	木	ビスケット	ジャムサンド　フルーツ 豆乳ココア　ポテトサラダ	全粒粉パン　じゃがいも　人参　玉葱 ピクルス、マカロニ　キュウリ　ミロ　豆乳　バナナ	チーズ焼き・豆乳
6	金	クラッカー	お弁当	＊　＊　＊　＊　＊	ぽたぽた焼き
9	月	クッキー	沖縄そば フルーツ　野菜炒め	沖縄そば　キャベツ　人参　玉葱　ピーマン　コーン ※タンパツキー　青ネギ　しょうが　にんにく、デコポン	ポーポー・豆乳
10	火	せんべい	ひじきの五目炒め みそ汁　サラダ　フルーツ	胚芽米　もちきび、ひじき、枝豆　人参　こんにゃく、椎茸 玉葱　青ネギ　レタス、ほうれん草　,みかん缶	芋てんぷら
11	水	クッキー	ジャムパン、バナナ シチュー	全粒粉パン　じゃがいも　人参　玉葱　コーン　しめじ　白菜 グルテン、ブロッコリー、　マッシュルーム、　バナナ	レモンクッキー・豆乳
12	木	ビスケット	ビーンズ　サラダ 野菜スープ　フルーツ	胚芽米　人参　玉葱　ピーマン　金時豆　※乾燥バーガー、桃 ッシュルーム　チーズ、トマト　キュウリ　レタス、トマト缶　バジ	ポテトチップス
13	金	クラッカー	お弁当	＊　＊　＊　＊　＊	ポッキー
16	月	ウエハース	ジューシー　フルーツ サラダ　アーサ汁	胚芽米、切昆布　ひじき　人参　玉葱　トマト、キャベツ 椎茸、キュウリ　、コーン　にら　青ネギ　、あーさ、パイン	ラスク・豆乳
17	火	せんべい	切干大根の煮物　フルーツ みそ汁　サラダ	発芽米、もちきび、昆布、人参　こんにゃく　※グルテン、オレ 玉葱　青ネギ　切干大根　キャベツ　ほうれん草	ホットケーキ
18	水	クッキー	ジャムサンド　フルーツ 豆乳ココア　ポテトサラダ	全粒粉パン　じゃがいも　人参　玉葱 ピクルス、マカロニ　キュウリ　ミロ　豆乳　バナナ	チョコクッキー
19	木	ビスケット	グルテンフライ　フルーツ 春雨サラダ、みそ汁	金芽米、もちきび、玉葱　人参　大根、グルテン、パン粉 芋、春雨、キュウリ、わかめ　青ネギ、桃缶	チジミ
20	金	クラッカー	お弁当	＊　＊　＊　＊　＊	菓子パン
23	月	ウエハース	野菜チャンプルー、味噌汁 サラダ、フルーツ	人参、玉葱、もやし、ピーマン、キャベツ、豆腐、 レタス、トマト、コーン、きゅうり、オレンジ、リンケッツ	クッキー・豆乳
24	火	せんべい	スパゲッテイー　サラダ コンソメスープ　フルーツ	パスタ　人参　玉葱　ピーマン　チーズ　乾燥バーガー、みかん トマト缶、マッシュルーム　チーズ　キュウリ　レタス、トマト、　バジル	ポップコーン
25	水	クッキー	ジャムパン、バナナ シチュー	全粒粉パン　じゃがいも　人参　玉葱　コーン　しめじ　白菜 グルテン、ブロッコリー、　マッシュルーム、　バナナ	ヒラヤーチー
26	木	ビスケット	根菜の煮物　フルーツ もやしサラダ、味噌汁	芽米　人参　大根、こんにゃく、ごぼう、たけのこ、昆布　※タンパッキ もやし、きゅうり、椎茸、青ねぎ　わかめ、オレンジ	ポップコーン

27日（木）～31日（月）は新年度準備の為　休園

※月齢や材料、行事などの都合によりメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。