３がつ　こんだてよていひょう

令和２年２月２８日　社会福祉法人　百華児童苑　大内光輪保育園

３日（火）・２７日（金）は、完全給食の日。
（３～５歳児さんは、ご飯がいりません。）
※年長組は、１７日（火）も完全給食です
＊みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。
★印は、きく組さんのリクエストメニューです。

日	曜日	め　に　ゅ　ー			き　ゅ　う　し　ょ　く　の　ざ　い　り　ょ　う			おうちでとりたいたべもの
		０～２歳児 朝のおやつ	お　昼　の　給　食	みんなの おやつ	強いちからが出るたべもの （きいろ）	丈夫な体を作るたべもの （あかいろ）	びょうきからまもってくれるたべもの （みどりいろ）	
2	月	ぷちぜりー いちご	まーぼーだいこん はなっこりーサラダ　りんご	★とーすとぐらたん	ごまあぶら　さとう かたくりこ	ぶたミンチ　つな	大根　人参　たまねぎ　ねぎ　しょうが　にんにく はなっこりー　こーん　しめじ　うめぼし　りんご	大豆製品・いも類
3	火	おかし・やくると	☆ひなまつりランチ☆	さくらもち・みかん				
4	水	りんご うえはーす	★ぽぱいぐらたん べーこんとごぼうのそてー　ばなな	★あじさいぜりー	あぶら　こむぎこ　ばたー	とりにく　ぎゅうにゅう ちーず　べーこん	ほうれんそう　たまねぎ　しめじ　ごぼう　こーん にんにく　ぱせり　ばなな	海藻類・淡色やさい
5	木	ぷちあんぱん みろ	ぶたにくのなんばんふう しらあえ　おれんじ	★じゃがまるくん	かたくりこ　さとう　ごま油 まよねーず　しろすりごま	ぶたにく　たまご　ひじき もめんどうふ	たまねぎ　にんじん　こまつな　ほししいたけ おれんじ	魚介類・やさい
6	金	おかし のむよーぐると	とうふのまさごあげ　★みそしる はくさいのにびたし　いちご	おふのからめるらすく ばなな	かたくりこ　あぶら　さとう さつまいも	やき豆腐　えび　卵　油揚げ 鶏ミンチ　かつおぶし　みそ	にんじん　たまねぎ　はくさい　えのきたけ こねぎ　いちご	乳製品･緑黄色やさい
7	土	ぎゅうにゅう	なぽりたんやきそば こーんサラダ　りんご	おかし	やきそばめん　あぶら まよねーず　さとう	うぃんなー　はむ	にんじん　たまねぎ　ぴーまん　こーん　きゃべつ りんご	たまご・いも類
9	月	ばうむくーへん いちご	★みーとぼーるかれー みずなサラダ　みかん	★わらびもち	あぶら　じゃがいも	にくだんご　なまくりーむ あぶらあげ　しらすぼし	にんじん　たまねぎ　まっしゅるーむ　にんにく さやいんげん　みずな　みかん	海藻類・ごま・ナッツ
１０	火	ぼいるうぃんなー	とうふとつなのたまごやき　ばなな れんこんのきんぴら　もずくすーぷ	すたみなむすび	あぶら　さとう　くろごま	豆腐　卵　ひじき　鶏ミンチ つな　豚肉　もずく　べ-こん	にんじん　たまねぎ　なましいたけ　さやえんどう れんこん　えのきたけ　ねぎ　ばなな	乳製品・葉もの
１１	水	おかし はちみつりんご	☆なかよしえんそく☆	★ましゅまろさんど ぷちぜりー				
１２	木	ばなな・みかん	★ちきんちきんごぼう　みるくすーぷ かぼちゃのちーずサラダ　りんご	★ちぇるしーとーすと	かたくりこ　あぶら　さとう まよねーず	とりにく　はむ　ちーず べーこん　ぎゅうにゅう	ごぼう　さやいんげん　かぼちゃ　こーん きゅうり　かぶ　はくさい　りんご	魚介類・いも類
１３	金	おかし ぶどうじゅーす	さわらのゆずかおりやき ちくぜん煮　ゆかりあえ　いちご	★かるぴすよーぐると	さといも　さとう　あぶら	さわら　とりにく	ゆず　にんじん　れんこん　ほししいたけ はくさい　きゅうり　ゆかり　いちご	たまご・かんきつ類
１４	土	ぎゅうにゅう	はくさいのとろとろあんかけごはん はむときゅうりのあえもの　おれんじ	おかし	ごまあぶら　かたくりこ はるさめ　さとう　しろごま	ぶたミンチ　はむ	はくさい　にんじん　こねぎ　しょうが　にんにく きゅうり　おれんじ	大豆製品･緑黄色野菜
１６	月	まかろにの あべかわ	なまあげとだいこんのみそいため おひたし　りんご	★だいずのいそべあげ	ごまあぶら　かたくりこ さとう	なまあげ　みそ	たけのこ　だいこん　にんじん　たまねぎ さやいんげん　ほうれんそう　はくさい　りんご	肉類・いも類
１７	火	２色くらっかー おれんじじゅーす	ぶりのあげつけ ぶろっこりーのうめまよいため　みかん ★こうりんらーめん ぶろっこりーのうめまよいため　みかん	★たまご うぃんなーぱい	こむぎこ　あぶら　さとう まよねーず **ちゅうかめん**　さとう ごまあぶら　まよねーず　油	ぶり　とりにく ぶたにく　あかみそ とりにく	たまねぎ　ぴーまん　にんじん　ぶろっこりー うめぼし　みかん しょうが　にんにく　もやし　こーん　こねぎ ぶろっこりー　うめぼし　みかん	海藻類・葉もの
１８	水		☆おたのしみランチ☆		♪お誕生会の日の☆ちょっとかわいい☆ランチです。３～５歳児さんは、ご飯がいります。♪			
１９	木	おかし・やくると	いかとやさいのにもの あまずきゃべつ　いちご	あんおやき	さといも　さとう	いか	だいこん　にんじん　しょうが　さやいんげん しめじ　きゃべつ　もやし　いちご	乳製品・ごま・ナッツ
２１	土	ぎゅうにゅう	べーこんとこーんのくりーむすぱ ひきにくサラダ　りんご	おかし	すぱげってぃ　あぶら さとう　まよねーず	べーこん　豆乳　牛みんち なまくりーむ　こなちーず	たまねぎ　しめじ　ぶろっこりー　くりーむこーん こーん　もやし　きゃべつ　りんご	魚介類・かんきつ類
２３	月	おかし ぽたーじゅすーぷ	こうやどうふのちゃんぷる すのもの　おれんじ	★とろとろぜりー	あぶら　さとう	こうやどうふ　たまご あさり　わかめ　かにかま	たまねぎ　にんじん　こまつな　きゅうり おれんじ	肉類・やさい
２４	火	ばうむくーへん おれんじ	★にくじゃがころっけ　ぶろっこりー きりぼしやきそば　いちご	ぶたにくと あおなのおにぎり	じゃがいも　あぶら　さとう こむぎこ　ぱんこ	牛ミンチ　卵　なまくりーむ べーこん　さつまあげ	たまねぎ　にんじん　きりぼしだいこん　きゃべつ もやし　さやいんげん　ぶろっこりー　いちご	大豆製品･淡色やさい
２５	水	じゃむさんど ほっとみるく	★さかなのふわふわやき　ひじきサラダ ぐだくさんみそしる　ばなな	★いちごだいふく	やまいも　しろすりごま まよねーず　さとう	しろみさかな　たまご　みそ めひじき　ささみ　だいず	しょうが　ほうれんそう　にんじん　たまねぎ ごぼう　もやし　こねぎ　ばなな	乳製品・かんきつ類
２６	木	ぼいるうぃんなー	★なっとうぎょうざ　やさいのごまあえ ごもくかきたまじる　せとみ	★すのーぼーる くっきー	ぎょうざのかわ　あぶら しろごま　さとう　片栗粉	なっとう　あぶらあげ たまご	こねぎ　ほうれんそう　もやし　かぶ　だいこん にんじん　こねぎ　せとみ	魚介類・いも類
２７	金	おかし はちみつりんご	赤飯 （年長組はお赤飯のお土産が出ます） さけのおうごんやき きんぴらおから　いちご	おいわいけーき	**こめ・もち米**　くろごま あぶら　まよねーず　さとう	あずき　さけ　みそ　おから	たまねぎ　しめじ　ごぼう　にんじん　れんこん ぐりんぴーす　いちご	海藻類･緑黄色やさい
30･31	月・火	ぎゅうにゅう	☆年度末特別保育☆	おかし	♪給食は、お休みです。登園するお友達は、おかず入りのお弁当を持って来ましょう♪			