



# 3月の予定献立表



月	火	水	木	金	土
<p><b>食感が楽しいかぶ。葉もおいしく</b> かぶはほとんどが水分で、新鮮な物はみずみずしく、つやがあります。甘味があり、生でもおいしく食べられます。煮るととろりと柔らかくなるので、小さな子どもでも食べやすい野菜です。葉も栄養が豊富なので、調理して食べましょう。</p>				1 ちらし寿司 唐揚げ レタス いちご すまし汁 桜餅	2 団子汁 バナナ おにぎり
4 豆腐のミートソースグラタン 野菜の納豆和え パイン コンソメスープ 豚しぐれおにぎり	5 わんぱくボール ひじきの酢の物 トマト みそ汁 メープルマフィン	6 ピザ卵焼 さつまいもの粉吹き すまし汁 キャベツとツナの和え物 黄粉団子	7 白菜と肉団子のスープ 大豆入り煮昆布 バナナ ★りんごジャムサンド	8 炒り豆腐 野菜のゆかり和え テコボン ★ししゃも 中華スープ ニラ入り塩焼きそば	9 お好み焼き バナナ おにぎり
11 魚の甘酢あんかけ ★りんごサラダ トマト すまし汁 ★フルーツヨーグルト	12 オムレツ 小松菜のごま和え 鶏がらスープ かえり バナナ ドーナツ	13 肉じゃが 中華風サラダ キウイ みそ汁 ★マッシュマロクラッカー	14 <b>お弁当日</b>  ぶどうゼリー	15 まさご揚げ もやしの梅風味 レタス トマト すまし汁 黒糖くずもち	16 菜の花スパゲティー すまし汁 バナナ おにぎり
18 ★鮭のホイル蒸し ホウレン草のナムル オレンジ すまし汁 しんちよきもち	19 ★お誕生会★ お楽しみに♪ 	20 <b>春分の日</b> 	21 キッシュ卵焼 キャベツと竹輪のセサミソース りんご 洋風スープ ★ぼたもち	22 ★カレーライス コーンサラダ フロッコリー バナナ 桃ケーキ	23 <b>第七回卒園式</b> 
25 石狩汁 切昆布の当座煮 バナナ 黒ゴマラスク	26 レバーの甘辛煮 インディアンサラダ 玉林 みそ汁 ココアもち	27 切干大根入り卵焼 れんこんとじゃこのカミカミサラダ キウイ すまし汁 スイートケーキ	28 豆腐とエビのケチャップ煮 菜の花のおかか和え パイン 中華スープ けんちんうどん	29 魚のかぼ焼き ほうれん草の白和え オレンジ すまし汁 じゃが丸くん	30 ミックスサンド コンソメスープ バナナ おにぎり

★が付いている所は、リクエストメニューです。

