

3月のコンパニ

日曜	献立名	魚肉卵豆	乳海藻	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑮おやつ	
1 土	チャーハン 味噌汁 果物	鶏肉 油揚げ 豆腐		人参 ビーマン 人参 葱	玉葱 しめじ 玉葱	米	醤油 砂糖 味噌 いりこ	ビスケット 牛乳	パンディング 麦茶	食パン 卵 牛乳 砂糖
3 月	ひな祭りメニュー									
4 火	ミネストローネ ドレッシングサラダ 果物	ベーコン ハム		人参 トマト缶 バセリ 人参	玉葱 キャベツ 玉葱 レタス 胡瓜	じゃが芋 マカロニ	塩コショウ コンソメ ケチャップ ドレッシング	リンゴ 牛乳	抹茶ミルク蒸しパン 牛乳	粉20 BP 牛乳15 抹茶0.2 砂糖4 卵8 油2 いちごジャム
5 水	鶏肉とコーンの炒め物 もやしの梅風味 果物	鶏肉 エビ チリメン		人参 ビーマン 人参 小松菜	玉葱 干椎茸 コーン もやし	片栗粉	醤油 塩コショウ 醤油 砂糖 梅肉	バナナ 牛乳	メープルクッキー 牛乳	粉25 砂糖5 BP バター7 卵10 メープルシロップ
6 木	高野豆腐のそぼろ煮 ハリハリサラダ 果物	鶏ミンチ 高野豆腐 カニカマ	切昆布	人参 インゲン	玉葱 えのき 白葱	片栗粉	醤油 砂糖 醤油 砂糖 酢	ビスケット 牛乳	三角チーズパン 牛乳	食パン40 クリームチーズ10 粉10 牛乳7 バター3 砂糖3~4 卵5
7 金	チャーチン 果物 ブロッコリーの胡麻和え	卵 豚ミンチ 竹輪		人参 葱 人参 ブロッコリー	玉葱 キクラゲ	春雨	醤油 鶏がら 塩コショウ 醤油 砂糖 ゴマ	せんべい 牛乳	ひじきおにぎり 牛乳	米35 ひじき1 人参5 醤油1 砂糖0.5
8 土	ジャージャー麵 ゆで卵 果物	豚ミンチ 卵		人参 葱	玉葱 胡瓜 干椎茸	中華麵	味噌 醤油 砂糖	せんべい 牛乳	豆腐ドーナツ 牛乳	粉15 BP 豆腐30 卵5 砂糖6 塩 油
10 月	魚のローレルソースかけ 青梗菜とベーコンの炒め物 果物	魚 ベーコン		トマト缶 バセリ 人参 青梗菜	玉葱 コーン		ケチャップバター塩コショウ醤油砂糖 醤油 塩コショウ	ビスケット 牛乳	へらへら団子 牛乳	白玉粉10 粉20 こしあん20 水20
11 火	レバーの甘辛煮 ポテトサラダ 果物	鶏レバー 牛肉 ハム		人参 ニラ 人参	玉葱 ごぼう 生姜 ニンニク 玉葱 胡瓜	こんにゃく じゃが芋	醤油 砂糖 マヨネーズ 塩コショウ	せんべい 牛乳	焼きそば 牛乳	豚肉15 人参10 玉葱10 ビーマン7 キャベツ20 焼きそばソース8 中華麵20 油2
12 水	鶏肉のさっぱり照り焼き ミニトマト 野菜の納豆和え 果物	鶏肉 納豆	ひじき	(ミニトマト) 人参 小松菜	しめじ たくあん		醤油 砂糖 酢 醤油	バナナ 牛乳	ココア蒸しパン 牛乳	粉25 ココア2 砂糖5 BP 牛乳
13 木	豚肉の生姜焼き 果物 キャベツと竹輪のセサミソース	豚肉 竹輪		人参 人参	玉葱 生姜 胡瓜 キャベツ		醤油 砂糖 酢 醤油 鶏りごま 酢 砂糖	リンゴ 牛乳	青のりフライドポテト 牛乳	じゃが芋80 油 塩 青のり
14 金	麻婆豆腐 ししゃも ほうれん草のナムル 果物	豆腐 豚ミンチ		人参5 葱 人参 ほうれん草	玉葱 干椎茸 ニンニク 生姜 えのき	片栗粉	醤油 味噌 醤油 砂糖 ゴマ	ビスケット 牛乳	塩クッキー 牛乳	粉20 黒砂糖7 バター7 牛乳5 塩
15 土	鶏めし 白菜の味噌汁 果物	鶏肉 油揚げ 豆腐		人参 葱	ごぼう 干椎茸 玉葱 白菜 えのき	米	醤油 砂糖 味噌 いりこ	せんべい 牛乳	菓子 牛乳	菓子
17 月	魚の菜種焼き 三色酢の物 果物	魚 卵	チーズ わかめ	ほうれん草 人参	もやし		マヨネーズ 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	ビスケット 牛乳	ココアロッククッキー 牛乳	粉15 コーンフレーク5 砂糖4 バター6 BP 卵3 ココア0.5 レーズン3
18 火	豚肉とキャベツの味噌炒め 南瓜の甘煮 果物	豚肉		人参 ビーマン 南瓜	玉葱 キャベツ		醤油 砂糖 味噌 みりん 醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	きな粉バナナ 牛乳	バナナ50 黄粉4 砂糖4
19 水	お弁当日									
21 金	誕生会メニュー									
22 土	ロールサンド コーンスープ 果物	卵10 ツナ5 ベーコン5	牛乳40	人参5 バセリ0.5	玉葱5 胡瓜10 玉葱20 クリームコーン30	ロールパン2個	マヨネーズ5 塩コショウ コンソメ 塩コショウ	せんべい 牛乳	菓子 牛乳	菓子
24 月	魚のマーマレード照り焼き 緑キャベツ 温野菜サラダ 果物	魚		人参 ブロッコリー 人参 赤パプリカ 小松菜	(キャベツ) コーン 大根 しめじ	マーマレード	醤油 醤油 砂糖 酢	せんべい 牛乳	チーズクッキーバー 牛乳	粉12 粉チーズ3 バター6 砂糖4 レーズン2
25 火	厚揚げのインド風炒め わかめの胡麻風味和え 果物	厚揚げ 豚ミンチ	わかめ	人参 赤パプリカ 小松菜 人参	玉葱 しめじ 胡瓜		醤油 砂糖 マヨ カレー粉 塩コショウ 醤油 砂糖 酢 ゴマ ゴマ油	ビスケット 牛乳	ピザトースト 牛乳	食パン40 ベーコン5 玉葱10 しめじ5 ビーマン5 ケチャップ4 チーズ10
26 水	豚肉の柳川風 ブーティン 果物	豚肉 卵 ウインナー	チーズ	人参 葱 人参 バセリ	玉葱 ごぼう 玉葱	じゃが芋	醤油 砂糖 みりん ケチャップ ソース バター 砂糖	バナナ 牛乳	筍おにぎり 牛乳	米35 筍15 人参5 油揚げ3 醤油2 砂糖0.5
27 木	団子汁 果物 鶏肉の変わりきんぴら	鶏肉		人参 葱 人参 インゲン	大根 白菜 ごぼう 干椎茸 蓮根 ニンニク	やせうま麺 里芋	味噌 いりこ 醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	あんバターケーキ 牛乳	ホットケーキミックス20 卵10 砂糖4 こしあん10 バター3
28 金	ミートスパゲティ ポパイサラダ ヨーグルト	合挽肉 ハム	粉チーズ	人参 ビーマン 人参 ほうれん草	玉葱 マッシュルーム コーン 胡瓜	スパゲティ	ケチャップ ソース マヨネーズ 塩コショウ	ビスケット 牛乳	びっくりゴマおこし 牛乳	マシュマロ12 バター2 すりごま3 コーンフレーク6 まがりせんべい3
29 土	肉ワカメうどん ゆで卵 果物	牛肉 かまぼこ 卵	わかめ	人参 葱	玉葱	うどん麵	醤油 砂糖 みりん	せんべい 牛乳	バナナスコーン 牛乳	粉25 BP バター5 砂糖5 卵5 牛乳5 バナナ20
31 月	ポークカレー 海藻サラダ 果物	豚肉		人参 ビーマン 人参 ブロッコリー	玉葱 しめじ 胡瓜	じゃが芋	カレールウ 醤油 砂糖 酢	せんべい 牛乳	バリバリピザ 牛乳	餃子の皮2枚 桜エビ3 チリメン3 チーズ5 マヨネーズ6

ひな祭り

お弁当日

誕生会

気になる給食がありましたら、いつでもレシピを準備します♡
※献立は変更になる場合があります