

# めぐみ幼稚園献立表 2019年度3月

| 日付                         | 献立                      | あかたのたべもの<br>からだをつくるもと | みどりのたべもの<br>からだのちょうしを<br>ととのえるもと | きいろのたべもの<br>ちからのもと |
|----------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------|--------------------|
| 2日<br>(月)                  | ごはん                     |                       |                                  | ごはん                |
|                            | こうやどうふのてりに              | こうやどうふ                | たまねぎ<br>にんじん                     |                    |
|                            | ぶろっこりーの<br>おかかあえ        | かつおぶし                 | ぶろっこりー<br>たまねぎ                   |                    |
|                            | みそしる                    |                       | たまねぎ<br>なめこ                      |                    |
|                            | おちゃ                     |                       | げんまいちゃ                           |                    |
| 高野豆腐は凍り豆腐とも呼ばれています★        |                         |                       |                                  |                    |
| 3日<br>(火)                  | ちらしずし                   | のり<br>たまご             | ほうれんそう<br>にんじん<br>しいたけ           | ごはん                |
|                            | じゃがいもの<br>にっころがし        |                       |                                  | じゃがいも              |
|                            | はくさいのりさらだ               | のり                    | はくさい<br>にんじん                     |                    |
|                            | おすいもの<br>いちご            |                       | きゃべつ<br>いちご                      | ふ                  |
|                            | おちゃ                     |                       | ほうじちゃ                            |                    |
| 3月のお誕生日会はひなまつりメニューでお祝いです☆  |                         |                       |                                  |                    |
| 4日<br>(水)                  | ごはん                     |                       |                                  | ごはん                |
|                            | あじふらい<br>～おにおんそーす～      | あじ<br>たまご             | たまねぎ                             | こむぎこ<br>ばんこ        |
|                            | おからさらだ                  | おから                   | たまねぎ<br>にんじん                     | まよねーず              |
|                            | やさいすーぶ                  |                       | はくさい<br>にんじん                     |                    |
|                            | おちゃ                     |                       | げんまいちゃ                           |                    |
| 1つ1つ愛情を込めて衣付けしたアジフライは絶品です！ |                         |                       |                                  |                    |
| 5日<br>(木)                  | ごまはん                    | ぎゅうにゅう<br>たまご         |                                  | こむぎこ<br>ばたー<br>ごま  |
|                            | とりにくのとまとに               | とりにく<br>だいず           | たまねぎ<br>とまと                      |                    |
|                            | もやしのあますあえ               |                       | もやし<br>あおな                       | ごま                 |
|                            | ぎゅうにゅう                  | ぎゅうにゅう                |                                  |                    |
|                            | じっくりコトコト煮込んで作りましたよ♪     |                       |                                  |                    |
| 6日<br>(金)                  | ごはん                     |                       |                                  | ごはん                |
|                            | とりのてりやき                 | とりにく                  |                                  |                    |
|                            | ばりばりさらだ                 |                       | きゃべつ<br>にんじん<br>きゅうり             | ぎょうざのかわ            |
|                            | みそしる                    | わかめ                   | たまねぎ                             |                    |
|                            | おちゃ                     |                       | ほうじちゃ                            |                    |
| 給食室のオープンでジュースに焼き上げます☆      |                         |                       |                                  |                    |
| 9日<br>(月)                  | ごはん                     |                       |                                  | ごはん                |
|                            | とりにくときゃべつ<br>ごまみそいため    | とりにく                  | たまねぎ<br>きゃべつ                     | ごま                 |
|                            | なのはなのおひたし               |                       | なばな<br>にんじん                      |                    |
|                            | おすいもの<br>おちゃ            | あぶらあげ                 | えのき<br>げんまいちゃ                    |                    |
|                            | 岡崎特産の八丁味噌を使用します★        |                       |                                  |                    |
| 10日<br>(火)                 | ごもくごはん                  | あぶらあげ<br>とりにく         | にんじん<br>さやえんどう<br>ぶなしめじ          | ごはん<br>いとこんにゃく     |
|                            | かぼちゃのもの                 |                       | かぼちゃ                             |                    |
|                            | はくさいさらだ                 |                       | はくさい<br>にんじん<br>かいわれ             | ごま                 |
|                            | おすいもの<br>おちゃ            | とうふ                   | だいこん<br>ほうじちゃ                    |                    |
|                            | 五目ご飯はたくさんの具材が入って栄養満点です◎ |                       |                                  |                    |

| 日付                        | 献立                             | あかたのたべもの<br>からだをつくるもと | みどりのたべもの<br>からだのちょうしを<br>ととのえるもと | きいろのたべもの<br>ちからのもと |
|---------------------------|--------------------------------|-----------------------|----------------------------------|--------------------|
| 11日<br>(水)                | ごはん                            |                       |                                  | ごはん                |
|                           | とりにくとごぼうの<br>うまに               | とりにく                  | ごぼう<br>にんじん<br>しいたけ              | しらたき               |
|                           | にんじんともやし<br>のなむる               |                       | もやし<br>にんじん                      | ごま                 |
|                           | わかめすーぶ                         | わかめ                   | ねぎ                               | ごま                 |
|                           | おちゃ                            |                       | げんまいちゃ                           |                    |
| ごぼうは食物繊維たっぷり◎おなかの調子を整えます◎ |                                |                       |                                  |                    |
| 12日<br>(木)                | このはどんぶり                        | あぶらあげ<br>たまご          | たまねぎ                             | ごはん                |
|                           | きゃべつのおかかあえ                     | かつおぶし                 | きゃべつ<br>にんじん                     |                    |
|                           | みそしる                           |                       | たまねぎ<br>にんじん                     |                    |
|                           | おちゃ                            |                       | ほうじちゃ                            |                    |
|                           | めぐみのこのは丼ぶりは油揚げを木の葉にみたてて作りましたよ★ |                       |                                  |                    |
| 13日<br>(金)                | なほりたん                          | とりにく                  | たまねぎ<br>にんじん<br>とまと              | すばげていー             |
|                           | かみなりこんにゃく                      | かつおぶし                 |                                  | こんにゃく              |
|                           | だいこん<br>ごまどれっしんぐさらだ            |                       | だいこん<br>にんじん<br>たまねぎ             | ごま                 |
|                           | おちゃ                            |                       | げんまいちゃ                           |                    |
|                           | 手作りケチャップでナポリタンを作りました◎          |                       |                                  |                    |
| 16日<br>(月)                | ごはん                            |                       |                                  | ごはん                |
|                           | じゃーじゃんどうふ                      | あつあげ<br>ぶたにく          | たまねぎ<br>きゃべつ<br>にんじん             |                    |
|                           | きゃべつゆかりあえ                      |                       | きゃべつ                             |                    |
|                           | おすいもの<br>おちゃ                   | あぶらあげ                 |                                  | ふ                  |
|                           | 甘めの味噌味でご飯がすすみます◎               |                       |                                  |                    |
| 17日<br>(火)                | まーらかお                          | たまご<br>ぎゅうにゅう         |                                  | こむぎこ               |
|                           | マールカオは中国風の蒸しパンです★              |                       |                                  |                    |
| 19日<br>(木)                | いちごゼリー                         |                       | いちご<br>れもん                       |                    |
|                           | 旬のいちごをゼリーにしましたよ♪               |                       |                                  |                    |

※ パン粉には小麦・大豆が含まれています。

今年度のめぐみ幼稚園の給食はいかがでしたか。  
ご意見・ご質問等ございましたら、  
下記までご連絡ください！  
☆ kyusyoku@megumi.cc



\*園の都合により、給食内容を変更する事がございます。  
学校法人 服部学園 めぐみ幼稚園

## 2019年度 3月アレルギー食材使用表

| 表示     | 特定原材料    |            |                 | その他  |       |
|--------|----------|------------|-----------------|------|-------|
| 日付     | 小麦粉      | 乳製品        | 卵               | 豚肉   | 生くだもの |
| 3日(火)  | 汁の具(玉麩)  |            | ちらしずしの具         |      | いちご   |
| 4日(水)  | アジフライ    |            | アジフライ<br>おからサラダ |      |       |
| 5日(木)  | ごまパン     | ごまパン<br>牛乳 | ごまパン            |      |       |
| 6日(金)  | バリバリサラダ  |            |                 |      |       |
| 12日(木) |          |            | このは丼ぶり          |      |       |
| 13日(金) | ナポリタン    |            |                 |      |       |
| 16日(月) | 汁の具(焼き麩) |            |                 | 家常豆腐 |       |
| 17日(火) | マーラカオ    | マーラカオ      | マーラカオ           |      |       |

※「パン粉」には小麦・大豆が含まれているものを使用しています。  
 ※今月はナッツ・くるみを含む食品は提供いたしません。  
 ※複数のアレルギーを持っている子には、個々に応じたものを提供いたします。  
 ※アレルギーをもっている子の揚げ物は別油で揚げています。  
 ※揚げ物の油は1番油で揚げています。

### ☆小麦除去の補足

3日(火) : 麩抜きのお吸い物を提供します。  
 4日(水) : 胡麻衣のアジフライを提供します。  
 5日(木) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
 6日(金) : 餃子の皮なしのサラダを提供します。  
 13日(金) : スパゲッティの代替品をご持参ください。  
 16日(月) : 麩抜きのお吸い物を提供します。  
 17日(火) : 米粉のマーラカオを提供します。

### ☆豚肉除去の補足

16日(月) : 鶏肉の家常豆腐を提供します。

### ☆乳製品除去の補足

5日(木) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
 : 牛乳のかわりにお茶を提供します。  
 17日(火) : 乳抜きのマーラカオを提供します。

### ☆生くだもの除去の補足

3日(火) : いちごの代替品をご持参ください。

### ☆卵除去の補足

3日(火) : 卵の代わりに胡瓜を提供します。  
 4日(水) : 卵抜きのアジフライを提供します。  
 : マヨネーズ抜きのおからサラダを提供します。  
 5日(木) : ごまパンの代替品をご持参ください。  
 12日(木) : 卵抜きのこのは丼ぶりを提供します。  
 17日(火) : 卵抜きのマーラカオを提供します。

