

# 3月よていこんだて表

令和7年2月28日  
新潟市立西幼稚園

日	献立名	おもに熱や力のもとになる	おもに血や肉になる	おもに体の調子を整えるもとになる
3月	カレーあじごはん	米 油		
	とりにくのクリームソース	油 米粉 さとう	とり肉 いんげん豆 牛乳	にんじん たまねぎ とうもろこし しめじ まいたけ
	アーモンド入りシャキシャキサラダ	じゃがいも 油 アーモンド		にんじん きゅうり
	ぎゅうにゅう		牛乳	
4月	しそごはん	米		しそ
	だいこんじる	じゃがいも	とうふ	にんじん こまつな だいこん
	とりにくのだいずのごまがらめ	さとう じゃがいもでんぶん 油 ごま	大豆 とり肉	しょうが
	こくさんオレンジ			清見オレンジ
ぎゅうにゅう		牛乳		
5月	ごはん	米		
	もやしじる		とうふ 油あげ	こまつな えのきたけ もやし
	にこみハンバーグ	さとう じゃがいもでんぶん 油 ラード	とり肉 ぶた肉 大豆	たまねぎ
	ビーンズサラダ	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	大豆	にんじん きゅうり とうもろこし
ぎゅうにゅう		牛乳		
6月	ごはん	米		
	どんじる	じゃがいも	ぶた肉 生あげ	にんじん こまつな だいこん
	あつやきたまご	さとう タピオカでんぶん 油	たまご	
	だいずのいそに	さとう 油	大豆 さつまあげ ひじき	にんじん さやいんげん しいたけ こんにゃく
ぎゅうにゅう		牛乳		
7月	カレーライス(むぎ入り)	米 大麦 じゃがいも 油 じゃがいもでんぶん さとう	ぶた肉	にんじん にんにく たまねぎ
	もやしサラダ	油 ごま		もやし とうもろこし きゅうり
	ぎゅうにゅう		牛乳	
10月	ごはん	米		
	ごじる	じゃがいも	大豆	にんじん だいこん えのきたけ 長ねぎ
	メンチカツ	さとう じゃがいもでんぶん パン粉 小麦粉 油	ぶた肉	たまねぎ
	じゃこあえ	油	ちりめんじゃこ	こまつな にんじん もやし
ぎゅうにゅう		牛乳		
11月	ごはん	米		
	わかめ汁	じゃがいも	とうふ あざり わかめ	にんじん 長ねぎ
	あじフライ	パン粉 小麦粉 油	あじ	
	きりぼしだいこんのために	さとう 油	油あげ	にんじん こまつな 切りぼしだいこん しいたけ こんにゃく
ぎゅうにゅう		牛乳		
12月	ごはん	米		
	こまつなじる		とうふ	こまつな だいこん 長ねぎ
	アーモンド入りちりめんじゃこつくだに	さとう アーモンド	ちりめんじゃこ	
	じゃがいもきんぴら	さとう じゃがいも 油	ぶた肉	にんじん さやいんげん こぼろ こんにゃく
ぎゅうにゅう		牛乳		
13月	ごはん	米		
	たまご入りわかめスープ	はるさめ	たまご わかめ	にんじん 長ねぎ
	とりにくたつたあげ	じゃがいもでんぶん 油	とり肉	しょうが
	もやしナムル	さとう 油 ごま		こまつな もやし とうもろこし
	いちご			いちご
ぎゅうにゅう		牛乳		
14月	ハヤシライス(むぎ入り)	米 大麦 じゃがいも 油 米粉 じゃがいもでんぶん さとう	ぶた肉	にんじん にんにく たまねぎ まいたけ
	ツナサラダ	油	ツナ	キャベツ とうもろこし
	のむヨーグルト		ヨーグルト	

都合により、献立・使用食品を変更する場合があります。ご了承ください。