

給食メニュー 2024年3月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
				2024.03.01	2024.03.02
				雛まつり寿司 すまし汁 鶏の塩麴焼き 果物 おひな菓子 ミックスジュース	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024.03.04	2024.03.05	2024.03.06	2024.03.07	2024.03.08	2024.03.09
ごはん 味噌汁 (もずく・ねぎ・豆腐) 魚の塩麴焼き わかめトマト醤油麴炒め 梅のり納豆 お誕生日ケーキ	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・えのき・ごま) 魚の昆布蒸し 青のり粉ふき芋 ワカメとツナの炒め物 パナナヨーグルト	雑穀ごはん 春雨ラーメン風味噌汁 魚のハーブムニエル 大豆の洋風炒め煮 果物 ふかし芋 牛乳	ごはん ザワークラウトスープ 魚の醤油麴焼き ほうれん草おひたし しらす海苔納豆 豆乳寒天 玄米おかき	ごはん 味噌汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 大根と鶏の味噌煮 ほうれん草のカレー風味炒め 人参しりしり ウィナーとザワークラウト炒め	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ほん煎餅 ちりめんじゃこ
2024.03.11	2024.03.12	2024.03.13	2024.03.14	2024.03.15	2024.03.16
ごはん 味噌汁 (大根・キャベツ・ごま) 魚と水菜のとろみ煮 人参じゃこ炒め コーン納豆 サラダチキン きゅうりスティック	鶏ひじきませごはん 味噌汁 (豆腐・わかめ) 高野豆腐のツナそぼろ ほうれん草の磯辺あえ 金時豆 みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁 (ほうれん草・しめじ・ごま) 魚チャンチャン焼き 蒸し豆ベーコン 果物 焼うどん	ごはん 春雨スープ 魚のゴマ味噌がけ 菜の花のおかか風味 わかめ納豆 大芋 牛乳	梅おかかごはん 味噌汁 (あおさ・じゃが芋) 豚とゴボウのさっと煮 ブロッコリーと人参のごま和え *簡単ピザ 焼塩せんべい	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2024.03.18	2024.03.19	2024.03.20	2024.03.21	2024.03.22	2024.03.23
ごはん 味噌汁 (白菜・しめじ・ごま) 豚じゃがよもぎ風味 小松菜のおかか煮びたし キャベツ納豆 よもぎ蒸しパン	ごはん 味噌汁 (もずく・えのき) 魚のカレームニエル しらすとよもぎの粉ふき芋 トマト きな粉ヨーグルト プルーン	休園日	ごはん 味噌汁 (かぶ・油揚げ) 魚のしょうが煮 小松菜とツナの塩昆布和え 人参納豆 寒天人参オレンジゼリー 玄米ほん煎餅	梅おかかごはん 味噌汁 (レタス・人参・豆腐) 豚肉のリンゴソース煮 じゃが芋と大豆のゴマ煮 トマト マカロニきな粉	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2024.03.25	2024.03.26	2024.03.27	2024.03.28	2024.03.29	2024.03.30
ごはん 味噌汁 (ほうれん草・人参・ごま) 魚の煮つけ 洋風切り干し大根 トマト納豆 りんご寒天 玄米おかき	ごはん 味噌汁 (なす・玉ねぎ) 筑前煮 スナップエンドウ醤油麴添え もずくときゅうりの酢の物 みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁 (豆腐・キャベツ・ごま) 魚のおろし煮 ひじきの煮物 果物 大豆チーズ焼き ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・人参・ごぼう) 魚のソテー味噌ソース ウィナーと人参のきんぴら おくら納豆 玄米コマせんべい プルーン	糸こんにゃくそぼろごはん 味噌汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 塩麴ポテトサラダ 果物 米粉パナナケーキ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン

<今月の予定> 3/8 (金) 食育の日「食品群」 … 食品を赤・緑・黄に分類して、それぞれ栄養について話をします。
 3/15 (金) お料理の日「*簡単ピザ」…米粉の餃子の皮を台にして、ツナやコーンを盛り付けます。



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。