



# 平成 23 年 3 月の 献立

<竜ヶ崎工場>

<ごあいさつ>

桃の節句を過ぎると、春の訪れを感じます。

ご卒園を迎えられる皆様、おめでとうございます。ご父母の方々には心よりお慶び申し上げます。

いろいろとありがとうございました。

日付	主食	おかず	エネルギー タンパク質	からだをつくる	ねつやちからになる	からだのちょうしをととのえる
1 (火)	おにぎり(五穀) ハムマヨネーズパン	白身魚フライ、マカロニ炒め、野菜入りオムレツ 洋梨とみかんのヨーグルト和え	410kcal 10.0g	ハム、卵、脱脂粉乳、ホキ、海苔 ベーコン、ヨーグルト	米、きび、あわもち、大麦めん、アマランサス、ごま、油 砂糖、澱粉、小麦粉、パン粉、マカロニ、マヨネーズ	ピーマン、玉ねぎ、洋梨缶、みかん缶 レモン、コーン、人参、グリーンピース
2 (水)	ご飯	魚ハンバーグのケチャップソースがけ、ゆでキャベツ、えびフライ ウインナー、ブロッコリーのスープ煮、ポテトサラダ、黄桃	418 11.7	カンパチ、いとより、えび、卵、ハム ウインナー	米、パン粉、砂糖、油、小麦粉、澱粉 じゃがいも、マヨネーズ	玉ねぎ、キャベツ、コーン、ブロッコリー 人参、グリーンピース、黄桃缶
3 (木)	ちらし寿司 いちご蒸しパン	鶏肉の西京焼き、ゆでキャベツ、コーンコロッケ、かにかまぼこ アスパラガス、桜もち、いちご	361 12.3	かつお節、卵、鶏肉、みそ、たら いとより、かに、牛乳、つぶあん	米、砂糖、小麦粉、澱粉、油、パン粉 じゃがいも、マッシュポテト、もち	人参、たけのこ、れんこん、椎茸、せり いちご、キャベツ、コーン、アスパラガス
4 (金)	わかめおかかおにぎり プチカレーパン	肉団子の野菜あんかけ、ちくわ磯辺揚げ、マヨチーズポテト オレンジ、パイ	370 10.6	かつお節、鶏肉、いとより、えそ、卵 チーズ、わかめ、海苔	米、砂糖、小麦粉、パン粉、油、澱粉 じゃがいも、マヨネーズ、カレーパウダー、ごま	玉ねぎ、生姜、ピーマン、オレンジ パイ缶
7 (月)	ご飯	メバルごま焼き、きんぴらごぼう、鶏の唐揚げ、人参かまぼこ しらすわかめ入り卵焼き、むき枝豆の鶏そぼろ炒め、ぶどう	452 15.9	めばる、鶏肉、卵、脱脂粉乳 しらす、たら、わかめ	米、砂糖、ごま、油、ごま油、澱粉 小麦粉	ごぼう、人参、ほうれん草、枝豆 ぶどう
8 (火)	えびピラフ バターロール	トマト煮込みハンバーグ、スパゲティ、ブロッコリー、星形ポテトフライ 人参甘煮、メロン	364 11.5	えび、卵、脱脂粉乳、豚肉、鶏肉 チーズ	米、油、小麦粉、砂糖、バター、澱粉 マーガリン、パン粉、スパゲティ、じゃがいも	玉ねぎ、人参、いんげん、ブロッコリー メロン
9 (水)	おにぎり(鮭) 焼きそばパン	ツナコーンチーズロールフライ、小松菜とジャコの炒めもの いかさつま揚げの含め煮、ミニトマト、洋梨、あんず	388 10.1	鮭、脱脂粉乳、チーズ、豚肉、鶏肉、卵 まぐろ、しらす、たら、いか、かつお節、海苔	米、砂糖、小麦粉、澱粉、パン粉 油、ごま油、焼きそば	小松菜、人参、ミニトマト、コーン 洋梨缶、あんず缶
10 (木)	カレーライス	チキンカレー、海老フライ、豆ごまサラダ、黄桃 ブロッコリー	406 8.7	鶏肉、えび、大豆、いんげん豆 ひよこ豆	米、じゃがいも、油、砂糖、パン粉 ごま、ごま油、カレーパウダー	玉ねぎ、人参、枝豆、コーン ブロッコリー、黄桃缶
11 (金)	ミニ丼(のり弁) きな粉揚げパン	マヨタマ包み揚げ、ソーセージステーキ、アスパラガス 野菜入り豆腐の含め煮、グレープフルーツ、プラムの甘煮	410 12.2	さば節、かつお節、きな粉、豚肉 豆腐、卵、海苔	米、砂糖、小麦粉、じゃがいも、パン粉 マヨネーズ、澱粉、油	玉ねぎ、アスパラガス、にら、人参、生姜 ほうれん草、グレープフルーツ、プラム
14 (月)	おにぎり(たらこ) ベーコンパン	トンカツ、海鮮シュウマイ、いんげんソテー プリン	419 11.5	たらこ、たら、卵、ベーコン、脱脂粉乳 豚肉、いか、かに、えび、牛乳、海苔、寒天	米、小麦粉、マーガリン、砂糖 パン粉、澱粉、油	いんげん、人参、玉ねぎ、キャベツ
15 (火)	ご飯	インド風ポークソテー、うずら卵フライ、ミニトマト ほうれん草と角揚げのごま和え、洋梨	424 10.1	豚肉、卵、豆腐、うずら卵	米、澱粉、砂糖、油、ごま 小麦粉、パン粉、カレー粉	玉ねぎ、人参、ミニトマト、ほうれん草 洋梨缶
16 (水)	ロールパン(チキンフィレオ) ナポリタン	野菜入りミートボールのコンソメ煮、さつまいものレモン煮 ウインナー、塩ゆで枝豆、ももゼリー	440 13.7	鶏肉、卵、ベーコン、ウインナー	小麦粉、砂糖、油、スパゲティ、パン粉 さつまいも、澱粉、ごま油	りんご、玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース キャベツ、ごぼう、レモン、枝豆、黄桃缶
17 (木)	おにぎり(肉みそ) レーズンパン	あじフライ、いか寄せ焼き、ブロッコリーのスープ煮、人参甘煮 彩りシュウマイ、りんご、あんんにん豆腐	405 11.6	みそ、卵、脱脂粉乳、あじ、いか、寒天 いとより、ぐち、こち、鶏肉、ひじき、海苔	米、砂糖、小麦粉、バター、パン粉 油、澱粉、ごま油、マヨネーズ、ごま	レーズン、ブロッコリー、玉ねぎ、キャベツ グリーンピース、人参、筍、椎茸、りんご、レモン
18 (金)	ご飯	ハンバーグのケチャップソース、ほうれん草オムレツ、ミックスベジタブルソテー マカロニサラダ、ぶどう	422 12.2	豚肉、鶏肉、卵、ハム	米、パン粉、澱粉、砂糖、油、マカロニ マヨネーズ	玉ねぎ、ほうれん草、人参、コーン グリーンピース、ブロッコリー、ぶどう

《一口メモ》

☆環境にやさしい台所での工夫

古くなった油を流しに捨てている人は、ほとんどいないと思いますが、油は海や河川の大敵です。絶対に流しに捨てないで下さい。

牛乳パックと新聞紙か、ぼろ布を用意すると、油を固める凝固剤の代わりに使えます。

紙パックの中に新聞紙やぼろ布を詰め込み、油をゆっくり流し込みます。

紙パックは丈夫なので、もれる心配はありません。

パックの口をテープなどでしっかり閉じ、ゴミに出します。

\* 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

株式会社幼稚園給食

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

TEL 047-448-1388(代)

竜ヶ崎工場

竜ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122(代)

佐倉工場

佐倉市神門439

TEL 043-498-8500(代)



※スプーン・フォークの印をつけてあります。食べやすくなりますので、ご参考して下さい。