

2023年



ふたばがおかようちえん



〈調理担当〉
大木 南
高橋 中村
〈献立担当〉
橋本



日付	行事	アツ	献立	エネルギー (kcal)	材料名		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
02 木		★	クリームシチュー、小魚の甘煮	175.8	じゃがいも、砂糖、油	鶏もも肉、牛乳、いわし、ごま、かつお節	玉葱、人参、ブロッコリー、キャベツ、コーン
03 金	おひな祭り		手毬麩のすまし汁、オムレツ、ブロッコリーのおかかあえ、桜餅	146.6	焼心、砂糖	オムレツ、かにかまぼこ、かつお節	ブロッコリー、人参、貝割れ菜
06 月			もやしとわかめのスープ、シュウマイ、ささみときゅうりの中華和え	115.3	砂糖、ごま油	しゅうまい、蒸し鶏ほぐし、ごま	胡瓜、もやし、人参、玉葱、ねぎ、わかめ
07 火	お誕生日会	★	コンソメスープ、チキン竜田、マカロニサラダ、プリンゼリー	406.1	じゃがいも、マカロニ、油、マヨネーズ、砂糖	チキン南蛮、牛乳、ホイップクリーム、ベーコン、ロースハム	玉葱、胡瓜、キウイフルーツ、人参、キャベツ、コーン、貝割れ菜
08 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
09 木		★	ビーフカレー、フルーツフルチェ	175.4	じゃがいも	牛肉、牛乳	玉葱、みかん、人参、バナナ、青ピーマン
10 金			じゃがいもスープ、白身魚のフライ、ほうれん草とベーコンのソテー	153.5	じゃがいも、油、砂糖	白身魚フライ、ベーコン	ほうれん草、玉葱、コーン、ねぎ
11 土	卒園式		【軽食】ヤキリンゴパン、乳酸菌飲料	155.6	ヤキリンゴパン	乳酸菌飲料	
13 月			油揚げのみそ汁、照り焼きミートボール、白菜としらすのお浸し	160.9	砂糖、片栗粉	チキンボール、味噌、いんげん、油揚げ、しらす干し、ごま	白菜、人参、玉葱、コーン、ねぎ
14 火			ぶた汁、さばの塩焼き、ごぼうの柳川風煮物	196.1	しらたき、砂糖	さば、豚肉、鶏ひき肉、卵、油揚げ、味噌	ごぼう、白菜、人参、玉葱、大根、ねぎ
15 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
16 木			ぎつねうどん、チキンナゲット、ブロッコリーとコーンのソテー	266.6	うどん、油、砂糖、マーガリン	チキンナゲット、鶏むね肉、油揚げ	ブロッコリー、コーン、ねぎ、わかめ
17 金			卵豆腐のすまし汁、さつま揚げ、ツナじゃが	115.0	じゃがいも、砂糖	さつま揚げ、卵豆腐、ツナ、いんげん	玉葱、人参、貝割れ菜
20 月			里芋のみそ汁、揚げ餃子、キャベツとかにかまの和え物	146.4	さといも、油、砂糖	ぎょうざ、かにかまぼこ、油揚げ、味噌	キャベツ、玉葱、コーン、ねぎ、わかめ
22 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
23 木	修了式		【軽食】卵ロールパン、クリームパン、牛乳	336.2	パン、マヨネーズ	牛乳、卵	
4/11 火		★	ハヤシライス、フルーツボンチ	215.6	砂糖、油	牛肉	玉葱、みかん、パイン、人参、もも、バナナ、しめじ

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

3/18(土)～24(金)は「春のお彼岸」です

仏教では、ご先祖様のいる世界を彼岸(ひがん)、今私たちが生きているこの世界を此岸(しがん)といいます。

お彼岸は、この彼岸と此岸が1年のうちで一番近づく日のことをいいます。ご先祖様を供養する大切な節目になります。お彼岸にお供えする食べ物といったらおはぎが有名です。おはぎに使っている小豆の赤い色には、災害から身を守る効果があるといわれています。

