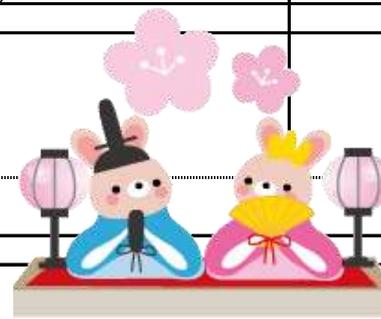


給食メニュー2021年3月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2021.03.01	2021.03.02	2021.03.03	2021.03.04	2021.03.05	2021.03.06
ごはん 味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ・ごぼう) 魚の昆布蒸し 大豆のカレー炒め ブロッコリー・醤油麹胡麻和え お麩スナック ちくわ	ごはん 味噌汁(小松菜・玉ねぎ) 魚の塩麹トマトソース きのこソテー *くだものパフェ ちりめんおにぎり たくあん	鶏まつり寿司 すまし汁 筑前煮 果物 おひな菓子 ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁(大根・油揚げ・わかめ) 魚の味噌煮 ほうれん草おひたし トマト きな粉ヨーグルト	ごはん 味噌汁(人参・ほうれん草) 豚肉のリンゴソース煮 かぼちゃ胡麻和え 梅おかか納豆 きつねうどん 蒸し大豆	ごはん シチュー しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2021.03.08	2021.03.09	2021.03.10	2021.03.11	2021.03.12	2021.03.13
ごはん 豚汁 魚の照り焼き 高野豆腐のツナそぼろ スティック野菜 みかんヨーグルト	ごはん 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 豚肉ビーフンオイスター炒め 大豆の醤油炒め もずくときゅうりの酢の物 かぼちゃのそぼろ煮 小松菜のツナ和え ヨーグルトフルーツ寒天 玄米おかき	梅おかかごはん 味噌汁(ブロッコリー・人参・ごま) 魚の煮つけ かぼちゃのそぼろ煮 小松菜のツナ和え ヨーグルトフルーツ寒天 玄米おかき	ごはん 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) 鶏の塩麹焼き ひじきの煮物 しらす海苔納豆 ほうれん草ホットケーキ レーズン	ごはん 味噌汁(もずく・豆腐) 魚のゴマ味噌がけ カレー風味のジャーマンポテト きゅうりの塩昆布漬け サラダチキン スティック野菜	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 焼塩せんべい ちりめんじゃこ
2021.03.15	2021.03.16	2021.03.17	2021.03.18	2021.03.19	2021.03.20
系こんにやくそぼろごはん 味噌汁(小松菜・玉ねぎ) 魚のカレームニエル 刻み昆布の煮物 トマト 焼塩せんべい 果物	豆乳ドリア 味噌汁(じゃが芋・人参・ごぼう) 鶏のさっぱり煮 わかめとツナの炒め物 きゅうりスティック りんご入り芋きんとん ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁(ほうれん草・えのき) 青梗菜の豚味噌炒め 青のり粉ふき芋 コーン納豆 豆乳寒天 ちくわ	ごはん 味噌汁(なす・ほうれん草・ごま) 魚のしょうが煮 ウイナーと人参のきんぴら しらす 大豆チーズ焼き スティック野菜	ごはん 味噌汁(もずく・豆腐) 魚のソテー味噌ソース 大豆の甘辛揚げ焼き 塩麹ポテトサラダ 運根とチーズのかさね焼き ちりめんじゃこ	休園日
2021.03.22	2021.03.23	2021.03.24	2021.03.25	2021.03.26	2021.03.27
赤しそふりかけごはん 味噌汁(豆腐・キャベツ) 魚のハーブムニエル さつま芋おから煮 きゅうりミニトマトナムル 大学芋 ちりめんじゃこ	赤しそふりかけごはん 味噌汁(小松菜・人参・ごぼう) 鮭と大豆とじゃが芋の煮物 いんげんの塩麹ツナ和え 果物 蒸しパン ブルーベリー	ごはん 味噌汁(キャベツ・しめじ・ごま) 豚じゃが キャベツとじゃこ煮 わかめ納豆 水ようかん 玄米ぼん煎餅	ごはん 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ・わかめ) 鶏と大根オイスター・筑前煮 小松菜のおかか煮びたし しらす バナナヨーグルト	ビビンバごはん 味噌汁(玉ねぎ・あおさ) 魚の醤油麹焼き 蒸し豆ベーコン かぼちゃパン 果物	ごはん シチュー しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2021.03.29	2021.03.30	2021.03.31			
ごはん ザワークラウトスープ タンダリーチキン ほうれん草の磯辺あえ しらす ドライフルーツヨーグルト	ごはん 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ) 魚の塩麹焼き じゃが芋と大豆のゴマ煮 キャベツ納豆 ウイナーとザワークラウト炒め 果物	カレーライス わかめとコーンのスープ 切り干し大根ツナボンサラダ 果物 米粉ケーキ レーズン			
<p>＜今月の予定＞</p> <p>3/ 5(金) 食育の日「3つの食品群」 バランスの良い食事についてお話しします。</p> <p>3/ 2(火) お料理の日「*くだものパフェ」 今年度最後のクッキング。友達と一緒に楽しんでオリジナルのパフェを作ります。</p>					

*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。