

# スマイティ保育園 3 月献立表

1日	日	自由献立	16日	月	ささ身かつれつ、イタリアンスパゲッティ、春雨サラダ、コンソメスープ、ご飯
2日	月	若鶏と大根の甘辛炒め煮、ワカメのゴマ酢和え、フロッコリーのツナマヨパン粉焼き、味噌汁、ご飯	17日	火	さばの塩焼き、五目玉子焼き、ちくわの磯辺揚げ、けんちん汁、ご飯
3日	火	五目ちらし寿司、ささ身フライ、ミニにゅう麺	18日	水	肉玉うどん、おかかおにぎり、ワカメとじゃこの酢の物
4日	水	ローズとんかつ、キャベツのウスター炒め、れん根とちくわのきんぴら、味噌汁、ご飯	19日	木	肉団子の甘酢あん、春キャベツとベーコンのコンソメ煮、玉子サラダ、味噌汁、ご飯
5日	木	ピーマンと玉ねぎのオムレツ、フライドポテト、ピザトースト、りんごジュース	20日	金	自由献立
6日	金	若鶏の竜田揚げ、五目焼きビーフン、もやしのナムル、味噌汁、ご飯	21日	土	自由献立
7日	土	自由献立	22日	日	自由献立
8日	日	自由献立	23日	月	マーボー豆腐、ねぎ玉子チャーハン、ちくわとキュウリの酢の物、ワカメスープ
9日	月	ふわふわオムライス、海老カツ、シーザーサラダ、コンソメスープ	24日	火	蒸し豚ともやしのゴマソース、納豆オムレツ、じゃが芋の煮っ転がし、味噌汁、ご飯
10日	火	ミートソーススパゲッティ、ゆで卵、りんごサラダ、パン、牛乳	25日	水	あじフライ、筑前煮、水菜と大根のサラダ、味噌汁、ご飯
11日	水	鶏肉のバター醤油焼き、平天と大根の煮物、ツナコーンサラダ、味噌汁、ご飯	26日	木	そばモダン焼き、ツナサラダ、のり玉ご飯、味噌汁
12日	木	八宝菜、焼きそば、玉子スープ、ご飯	27日	金	海老マカロニグラタン、チキンナゲット、トマトサラダ、パン、オレンジジュース
13日	金	白身魚フライ、粉ふき芋、チーズとウインナーのオムレツ、コンソメスープ、コーンライス	28日	土	自由献立
14日	土	自由献立	29日	日	自由献立
15日	日	自由献立	30日	月	ミックスサンド、チキンナゲット、ポタージュース、オレンジジュース
			31日	火	鶏肉と野菜のトマト煮、アメリカンドッグ、コンソメスープ、五目ピラフ

※土日祝は、利用人数に応じた自由献立となります。