

3月予定献立表

葛飾区上平井保育園



曜	日付	メニュー	主 な 材 料		
			熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの
木	12	胚芽米ごはん <small>白菜ときのおつゆ</small> 鶏ひき肉と豆腐のとろみ煮 果物 煮びたし	胚芽精米 サラダ油 砂糖 片栗粉	鶏ひき肉 豆腐	長ねぎ 青ねぎ にんじん もやし こまつな はくさい しいたけ さやえんどう はっさく
水	18	押麦入りごはん 味噌汁 マーボー豆腐 果物 じゃこ入り煮びたし	米 押麦 サラダ油 砂糖 片栗粉 ごま油	豚ひき肉 みそ 豆腐 しらす干し 焼きふ	にんじん たまねぎ しいたけ いら 長ねぎ キャベツ もやし こまつな いよかん

*この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。