

# 3月献立表



食彩工房株式会社

\* エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)

<p>★2日(月)</p> <p>カレーライス プチハンバーグ ブロッコリー 青のり白身魚フライ みかん缶 431kcal/12.5g</p>	<p>3日(火)</p> <p>ちらし寿司 鶏の唐揚げ ウィンナー 木の葉しんじょ さくらもち 396kcal/11.6g</p>	<p>★4日(水)</p> <p>赤かぶ青菜 ふりかけごはん メンチカツ 八幡巻 たまごロール マカロニサラダ</p>	<p>5日(木)</p> <p>たまごふりかけごはん さばのみそ焼き チキンリング えびシューマイ 小松菜の煮びたし りんご缶 417kcal/14.1g</p>	<p>★6日(金)</p> <p>わかめおにぎり ハムカツ ポテトチキンロール サイコロ厚揚げ煮 にんじんしりしり パイン缶</p>
<p>★9日(月)</p> <p>鮭ごはん ソースカツ マヨコーンさつま さつまいもの甘煮 いんげんのソテー 黄桃缶</p>	<p>10日(火)</p> <p>ごまふりかけごはん 照り焼きハンバーグ かにクリームコロッケ 高野豆腐煮 はるさめサラダ パイン缶 409kcal/8.9g</p>	<p>★11日(水)</p> <p>ツナロールパン やきそば 肉詰めれんこんフライ ミニ四角たまご焼き ブロッコリーのサラダ ピピピチーズ</p>	<p>12日(木)</p> <p>枝豆とコーンのごはん 甘辛唐揚げ 海鮮ステーキ コンソメポテト がんも煮 みかん缶 426kcal/12.2g</p>	<p>★13日(金)</p> <p>マカロニミートソース 白身魚フライ 星のオムレツ ブロッコリー ポテトサラダ ミックスフルーツ缶</p>
<p>★16日(月)</p> <p>十六穀ごはん まぐろ野菜カツ 豆腐ハンバーグ ごぼう煮 小松菜のごま和え 中華ポテト</p>	<p>17日(火)</p> <p>白飯 豆腐の中華そぼろあん 春巻き さつまちゃん りんご缶 349kcal/10.2g</p>	<p>18日(水)</p> <p>おかかおにぎり 鶏のみそ焼き 野菜コロッケ ほうれん草入り シューマイ 切干大根煮 みかん缶 407kcal/13.8g</p>	<p>19日(木)</p> <p>青菜ふりかけごはん 照り焼きつくね ほたて風味 かまぼこフライ オムレツ カレー風味きんぴら はちみつレモンゼリー 367kcal/9.1g</p>	<p>20日(金) 【春分の日】</p>
<p>23日(月)</p> <p>たまごふりかけごはん えびカツ 豆腐のふわふわ寄せ コンソメポテト ほうれん草のおひたし りんご缶 364kcal/9.6g</p>	<p>24日(火)</p> <p>バターロールパン トマトスパゲッティ ヒレカツ ミートオムレツ ブロッコリーのサラダ ピピピチーズ 319kcal/13.2g</p>	<p>25日(水)</p> <p>ゆかりふりかけごはん さばの漬け焼き トマトソースハンバーグ おからポテト おくらのおひたし りんごゼリー 374kcal/12.9g</p>	<p>26日(木)</p> <p>白飯 豚肉の生姜煮 サイコロ厚揚げ煮 コーンクリームコロッケ ブロッコリー 黄桃缶 395kcal/13.3g</p>	<p>27日(金)</p> <p>あかねごはん 鶏の照り焼き いかと彩り野菜カツ さとも煮 小松菜のおかか和え パイン缶 391kcal/14.1g</p>
<p>30日(月)</p> <p>青菜ふりかけごはん ハンバーグ 星のコロッケ ウィンナー 切干大根のサラダ ミックスフルーツ缶 412kcal/9.7g</p>	<p>31日(火)</p> <p>野菜ふりかけごはん 甘辛唐揚げ 豆腐ステーキ ミートボール カレー風味 チンゲン菜のナムル みかん缶 413kcal/11.7g</p>	<p>3月3日(水) 雛まつり</p> <p>これは、果物は金</p> <p>これは、果物に豊富に含まれるブドウ糖や果糖などの糖質が脳や体のエネルギー源となり、活発な活動をはじめられるからです。朝食が習慣になっている人は、バナナやりんごなど1つでもよいので、果物を食べてみましょう。</p> <p>ひなまつり</p> <p>3月3日は桃の節句ともいい、もとは中国から伝わった上巳の行事と日本のひな遊び(公家の間で行われていた)が合わさったものといわれています。災いを払うために、人形を海や川に流したり、はまぐりやしお汁やひしもちなどを食べたりします。また、古代の中国では、桃は邪気を払う神聖な果物といわれていて、桃の花を浮かべる桃花酒なども飲まれていました。</p>		

★アレルギーをお持ちでない園児様用のメニューです。  
 ★魚の骨は極力取っていますが、気をつけてお召し上がりください。  
 ★「栗とカカオ(ココア)以外のナッツ類」「魚卵」「そば」「納豆」は使用しません。  
 ただし、工場内では、上記の食材を含む製品を使用しています。  
 ★調味料(醤油 砂糖 塩 ケチャップ 中濃ソース 酢 味噌 鰹だし 鶏ガラスープ コンソメ)を使用しています。  
 ★地産地消の取り組みをしています。  
 (旭区 今宿 新川さん 保土ヶ谷区 上菅田 白井さん)  
 ★採れたて野菜を使用したメニューに変更することがあります。  
 ★色付きの日は、オレンジ色のお弁当箱を使用します。

今日のランチは何か？  
 当日午前中にお弁当の写真を  
 Instagramにアップしています！  
 のぞいてみてください☺



# 3月

# アレルギー対応食 献立表



食彩工房株式会社

\* エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)

<p>★2日(月)</p> <p>ハヤシライス ミートボール チキンナゲット ブロッコリー みかん缶 435kcal/12.6g</p>	<p>3日(火)</p> <p>ちらし寿司 鶏の竜田揚げ ウィンナー カレー風味ポテト さくらもち 398kcal/11.5g</p>	<p>★4日(水)</p> <p>ゆかりふりかけごはん 豚肉と野菜のみそ炒め ミートボール ケチャップ煮 コーングラタン みかん缶</p>	<p>5日(木)</p> <p>かつおふりかけごはん 白身魚のみそ焼き チキンカツ 白身魚のみそ焼き 大根煮 マッシュパンキン りんご缶 403kcal/19.8g</p>	<p>★6日(金)</p> <p>わかめおにぎり ソースかつ 豆腐ハンバーグ れんこんカレー揚げ にんじんしりしり みかん缶</p>
<p>★9日(月)</p> <p>ツナごはん メンチカツ 野菜炒め さつまいもの甘煮 いんげんのおひたし りんご缶</p>	<p>10日(火)</p> <p>白飯 白身魚の 野菜あんかけ 照り焼きミートボール おくらのおかか和え みかん缶 349kcal/13.7g</p>	<p>★11日(水)</p> <p>アレルギー対応パン フライドポテト ハンバーグ 白身魚フライ ブロッコリーのサラダ サイダー風ゼリー</p>	<p>12日(木)</p> <p>枝豆とコーンのごはん 甘辛唐揚げ ポークソテー コンソメポテト がんも煮 みかん缶 443kcal/16.9g</p>	<p>★13日(金)</p> <p>ナポリタン チキンソテー 星のコロッケ ウィンナー ほうれん草の和え物 りんご缶</p>
<p>★16日(月)</p> <p>ゆかりふりかけごはん 豚肉のコロッケ 鶏の照り焼き ごぼう煮 チンゲン菜おかか和え 中華ポテト</p>	<p>17日(火)</p> <p>白飯 豆腐の中華そぼろあん シューマイ 青のりポテト りんご缶 334kcal/9.9g</p>	<p>18日(水)</p> <p>おかかおにぎり チキンカツ 豆腐ハンバーグ えだまめ 切干大根煮 みかん缶 355kcal/12.7g</p>	<p>19日(木)</p> <p>青菜ふりかけごはん 白身魚の竜田揚げ チキンチャップ ブロッコリーのおひたし カレー風味きんぴら はちみつレモンゼリー 409kcal/16.8g</p>	<p>20日(金) 【春分の日】</p>
<p>23日(月)</p> <p>のり弁 とんかつ 白身魚の照り焼き コンソメポテト ほうれん草のおひたし りんご缶 328kcal/12.7g</p>	<p>24日(火)</p> <p>アレルギー対応パン トマトスパゲッティ 星のコロッケ ハンバーグ ブロッコリーのサラダ みかん缶 359kcal/11.7g</p>	<p>25日(水)</p> <p>ゆかりふりかけごはん 白身魚の漬け焼き メンチカツ おからポテト りんごゼリー 386kcal/12.8g</p>	<p>26日(木)</p> <p>白飯 豚肉の生姜煮 サイコロ厚揚げ煮 野菜グラタン みかん缶 389kcal/13.5g</p>	<p>27日(金)</p> <p>あかねごはん 鶏の照り焼き ポークチャップ さとも煮 揚げ出し豆腐の みぞれあん りんご缶 428kcal/18.7g</p>
<p>30日(月)</p> <p>青菜ふりかけごはん ミートボール酢豚風 シューマイ 切干大根のサラダ みかん缶 363kcal/11.3g</p>	<p>31日(火)</p> <p>かつおふりかけごはん 甘辛唐揚げ 豆腐ハンバーグ さつまいもの甘煮 チンゲン菜のおひたし りんご缶 422kcal/13.2g</p>	<p>3月3日(水) 雛まつり</p> <p>これは、果物は金</p> <p>これは、果物に豊富に含まれるブドウ糖や果糖などの糖質が脳や体のエネルギー源となり、活発な活動をはじめられるからです。朝食が習慣になっている人は、バナナやりんごなど1つでもよいので、果物を食べてみましょう。</p> <p>ひなまつり</p> <p>3月3日は桃の節句ともいい、もとは中国から伝わった上巳の行事と日本のひな遊び(公家の間で行われていた)が合わさったものといわれています。災いを払うために、人形を海や川に流したり、はまぐりやしお汁やひしもちなどを食べたりします。また、古代の中国では、桃は邪気を払う神聖な果物といわれていて、桃の花を浮かべる桃花酒なども飲まれていました。</p>		

★食彩工房指定アレルギー除去のメニューです。  
 ★食彩工房指定アレルギー除去メニュー 玉子 乳 甲殻類 軟体類 魚卵 貝類 ナッツ類 山芋 雑穀類  
 そば りんご、みかん、れもん以外の果物 たら ホキ カレイ まぐろ かつお以外の魚  
 ★軽度のアレルギー症状向けのメニューです。  
 ★だし、エキス、醤油、味噌、油の対応はできません。  
 ★魚の骨は極力取っていますが、気をつけてお召し上がりください。  
 ★工場内では、指定アレルギーを使用した製品も製造しています。  
 ★お弁当箱の色 → むらさき  
 ★地産地消の取り組みをしています。  
 (旭区 今宿 新川さん 保土ヶ谷区 上菅田 白井さん)  
 ★採れたて野菜を使用したメニューに変更することがあります。

今日のランチは何か？  
 当日午前中にお弁当の写真を  
 Instagramにアップしています！  
 のぞいてみてください☺

