

今月は年長クラスのリクエストメニューが入っています

2018年3月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼 食		材 料 名		3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食
月	12 26	(12日)カレーライス 白菜サラダ もやしときらげスープ	(26日)カレーライス ハワイアンサラダ もやしときらげスープ	精白米・胚芽米・豚肉(0,1歳ひき肉)・じゃが芋・玉葱・人参・薄力粉・バター・カレー粉・ピーマン・油・大蒜・生姜・リンゴ・塩・牛乳・ウスターソース・醤油・ケチャップ 白菜・りんご・干しブドウ・油・酢・塩・砂糖 もやし・人参・青菜・きくらげ・長葱・醤油・塩・かつおだし	キャベツ・みかん缶・きゅうり・パイン缶・干しブドウ・油・酢・砂糖・塩 もやし・人参・青菜・きくらげ・長葱・醤油・塩・かつおだし	12日)チョコサンド・くだもの・牛乳 食パン・コンスターチ・ココア・砂糖・牛乳・豆乳 26日)あんぱん・くだもの・牛乳 あんぱん	夕焼けおにぎり 精白米・胚芽米・昆布だし・人参・ 油揚げ・醤油 麦茶 えびとチーズラスク 食パン・桜えび・チーズ・青のり	魚の塩焼き・ごぼう甘辛煮 魚・塩・ごぼう・鶏肉・白滝・かつおだし・砂糖・酒・みりん・醤油・油 夕焼けごはん・味噌汁 生揚げの野菜あんかけ・かぶ即席漬け 生揚げ・人参・玉葱・筍・ピーマン・ハム・生姜・醤油・片栗粉 かぶ・かぶ葉・塩 ごはん・すまし汁
火	13 27	(13日)せりごはん さつまあげ 春雨の中華風和え物 キャベツの味噌汁	(27日)0,1歳焼売・2歳～餃子 大根サラダ ごはん・ゼリー わかめスープ	精白米・胚芽米・セリ・塩・醤油・酒 白身魚・いか・人参・ごぼう・長葱・卵・片栗粉・塩・砂糖・酒・生姜・油 春雨・きゅうり・人参・もやし・ハム・ごま油・酢・醤油・砂糖・塩 キャベツ・玉葱・人参・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	焼売皮・豚肉・玉葱・生姜・醤油・塩・キャベツ・ ほたて缶・長葱・椎茸・餃子の皮・豚肉・ニラ・白菜・ キャベツ・にんにく・ごま油・醤油・酢 大根・人参・コン缶・小松菜・醤油・砂糖・酢・ごま油 精白米・胚芽米 100%ジュース・水・砂糖・アガー 塩蔵わかめ・長葱・青菜・塩・ごま・醤油・かつおだし	13日)マカロニきなこ・くだもの・牛乳 マカロニ・黄粉・砂糖・塩 27日)焼いも・くだもの・牛乳 さつまいも	麦茶	魚の漬け焼き・いんげんと春雨の煮物 魚・みりん・味噌・生姜・いんげん・豚肉・醤油・酒・春雨・きくらげ・ 生姜・長葱・醤油・味噌・酒・砂糖・水・油 焼きおにぎり・味噌汁
水	14 28	豆腐ハンバーグ ひじきの煮物 ごはん うどの卵汁	豆腐・鶏ひき・玉葱・ひじき・人参・パン粉・卵・塩・油・醤油・砂糖・片栗粉・かつおだし ひじき・干し椎茸・人参・油揚げ・隠元・油・砂糖・醤油・酒・みりん 精白米・胚芽米 ウド・卵・青菜・塩蔵わかめ・塩・醤油	0,1歳児 おじやです	14日)肉まんじゅう・くだもの・牛乳 薄力粉・金粒粉・ベーキングパウダー・塩・豚ひき・長葱・椎茸・キャベツ・醤油・酒 28日)おやき・くだもの・牛乳 薄力粉・長芋・砂糖・ベーキングパウダー・塩・なす・みりん・味噌	焼きおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・ごま・醤油・ みりん 麦茶	魚の漬け焼き・いんげんと春雨の煮物 魚・みりん・味噌・生姜・いんげん・豚肉・醤油・酒・春雨・きくらげ・ 生姜・長葱・醤油・味噌・酒・砂糖・水・油 焼きおにぎり・味噌汁	
木	1 15	(1日)ポークマリネード マセドワンサラダ ひじきパン 野菜スープ	(15日)煮込みハンバーグ ほうれん草とコーンソテー レーズンパン なめこのミルクスープ	ひじき・玉葱・パン粉・牛乳・うなぎ・豚肉・ピーマン・セロリー・酒・砂糖・醤油・酢・油 豚ひき・牛ひき・玉葱・パン粉・かつおだし・卵・塩・油・ケチャップ・ソース 南瓜・じゃが芋・きゅうり・ぶどう・酢・油・塩 ほうれん草・コーン缶詰・バター・塩 ひじきパン(0,1歳食パンつき) レーズンパン(0,1歳食パンつき) キャベツ・玉葱・椎茸・セロリー・青菜・塩・醤油・かつおだし 豆腐・なめこ・長葱・かつおだし・味噌・牛乳	おはぎ もち米・精白米・胚芽米・小豆・砂糖・塩・黄粉 くだもの・牛乳	おはぎ もち米・精白米・胚芽米・小豆・砂糖・塩・黄粉 麦茶	味噌煮込みうどん・大学いも 干しうどん・鶏肉・生揚げ・キャベツ・長葱・人参・椎茸・青菜・ 酒・味噌 くだもの	
金	2 16 30	(2日)ちらし寿司 魚の照り焼き 菜の花お浸し 潮汁	(16・30日)五目鶏ごはん 魚の照り焼き 菜の花お浸し かぼちゃの味噌汁	米・酢・砂糖・塩・ごま・人参・たけのこ・干し椎茸・高野豆腐・ 卵・しらす・絹さや・醤油・砂糖・みりん・海苔(酢飯うさぎから) 魚・醤油・酒・みりん 菜の花・小松菜・削り節・醤油・かつおだし はまぐり・万能ねぎ・塩・醤油・かつおだし	精白米・胚芽米・鶏肉・人参・ごぼう・油揚げ・こんにやく・隠元・塩・醤油 魚・醤油・酒・みりん 菜の花・小松菜・削り節・醤油・かつおだし 南瓜・えのき・青菜・味噌・煮干し	2日)草餅・くだもの・牛乳 上新粉・白玉粉・よもぎ粉・黄粉・砂糖・塩 16・30日)ポテトピザ・くだもの・牛乳 じゃが芋・塩・薄力粉・ケチャップ・コーン缶詰・まぐろ缶詰・ピーマン・チーズ	麦茶	ホワイトシチュー・貝柱サラダ 鶏肉・じゃが芋・人参・椎茸・ブロッコリー・バター・かつおだし・ 牛乳・薄力粉・塩・大根・きゅうり・人参・ほたて貝柱・油・酢・塩・醤油 ダイスチーズパン
土	3 17 31	五目うどん キャベツの土佐酢和え フルーツヨーグルト	干しうどん・油揚げ・豚肉・ごぼう・人参・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩・酒 キャベツ・塩・醤油・酢・砂糖・削り節・人参 ヨーグルト・砂糖・みかん缶・もも缶・干しブドウ		ラスク・一口チーズ ソフトフランス生地/バターロール生地・マーガリン・砂糖 一口チーズ くだもの・牛乳			
月	5 19	(5日)鮭のピザ風 ポテミルク煮 カイザーロール オニオンスープ	(19日)白身魚のグラタン ひじきのサラダ カイザーロール オニオンスープ	鮭・塩・玉葱・パセリ・ケチャップ・チーズ じゃが芋・玉葱・ブロッコリー・バター・牛乳・塩 カイザーロール 玉葱・パセリ・油・塩・かつおだし	白身魚・じゃが芋・人参・玉葱・薄力粉・バター・牛乳・塩・パセリ・油 ひじき・醤油・きゅうり・人参・ささみ・塩・マヨネーズ・オリーブ油・酢 カイザーロール 玉葱・パセリ・油・塩・かつおだし	焼肉ごはん 精白米・胚芽米・豚ひき・油・塩・酒・味噌・醤油・砂糖・ 酒・にんにく・ごま・にんじん くだもの・牛乳	かぼちゃのコーンカッブ 南瓜・砂糖・干しぶどう・牛乳・ アイスコーン 麦茶	カレーうどん・かぼちゃ茶巾 干しうどん・豚肉・人参・玉葱・キャベツ・ピーマン・薄力粉・バター・ カレー粉・塩・醤油 くだもの
火	6 20	チキンライス 子持ちししゃも ごぼうサラダ 白菜と春雨のスープ	6日(4,5歳児)鶏の照り焼き	精白米・胚芽米・鶏肉・玉葱・人参・ピーマン・油・塩・ケチャップ 子持ちシシャモ ごぼう・きゅうり・ハム・れんこん・ごま・マヨネーズ・醤油 春雨・白菜・干し椎茸・青菜・醤油・塩・かつおだし	6日(4,5歳児)鶏ウイング・生姜・にんにく・醤油・酒	イチゴラスク 食パン・いちご・はちみつ・水・バター	しらすと油揚げおにぎり 精白米・胚芽米しらす・油揚げ・塩・ 醤油・みりん・ごま 麦茶	ニラと豆腐のハンバーグ・大根の金平 豆腐・豚ひき・ニラ・薄力粉・塩・砂糖・醤油・油 大根・大根葉・人参・油・砂糖・みりん・醤油 しらすと油揚げごはん・味噌汁
水	7 29 (木)	(7日)メンチカツ かぼちゃのカレー煮 ごまごはん 切り干し大根味噌汁	(29日)豆腐のチャンプル かぼちゃの天ぷら ごまごはん 切り干し大根味噌汁	豚ひき・玉葱・パセリ・卵・パン粉・塩・薄力粉・油 かぼちゃ・玉葱・隠元・砂糖・みりん・醤油・カレー粉 精白米・胚芽米・ごま 切り干し大根・隠元・人参・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	豆腐・ニラ・もやし・人参・ベーコン・卵・削り節・醤油・油・片栗粉・塩 かぼちゃ・薄力粉・卵・油 精白米・胚芽米・ごま 切り干し大根・隠元・人参・塩蔵わかめ・煮干し・味噌	くだもの・牛乳 はちみつマフィン 薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター・卵・牛乳・はちみつ	麦茶	魚の生姜焼き・じゃがいものバター煮 魚・生姜・醤油・みりん・じゃがいも・バター・醤油 ゆかりごはん・スープ
木	8 22	(8日)鮭のちゃんちゃん焼き 五目金平 ごはん 豆腐とわかめの味噌汁	(22日)魚の梅焼き	鮭・キャベツ・玉葱・人参・椎茸・味噌・みりん・マヨネーズ・バター レンコン・人参・ごぼう・ピーマン・こんにやく・ごま・油・砂糖・みりん・醤油・じゃが芋(乳児) 精白米・胚芽米 豆腐・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し	魚・味噌・梅日塩・みりん・酒・砂糖	いもけんぴ さつまいも・メープルシロップ・油	ツナとコーンのラスク 食パン・まぐろ缶詰・コーン缶・玉葱・ アレルギー用マヨネーズ 麦茶	鶏の照り焼き丼・青菜とほたてのお浸し 精白米・胚芽米・鶏肉・酒・醤油・みりん・砂糖・油・万能ねぎ・海苔 ほうれん草・ほたて貝柱缶詰・醤油・削り節・かつおだし スープ
金	9 23	牛肉とたけのこ炒め 大根と生揚げの煮物 ふりかけごはん 麩とふのりの味噌汁	牛肉(ひ・り/ひき肉)・酒・醤油・片栗粉・生姜・油・玉葱・筍・ピーマン・砂糖 大根・生揚げ・人参・隠元・砂糖・醤油・塩 精白米・胚芽米・ふりかけ 麩・ふのり・あおのり・万能ねぎ・青菜・煮干し・味噌		スパゲティミートソース スパゲティ・豚ひき・牛ひき・玉葱・人参・干し椎茸・ トマト缶詰・ケチャップ・パセリ・油・塩・バルメサンチーズ	ソフトフランスジャム ソフトフランス・イチゴジャム	魚ステーキ・ポテトサラダ 魚・塩・片栗粉・油・玉葱・パセリ・砂糖・醤油・酢・じゃがいも・人参・ きゅうり・アレルギー用マヨネーズ・塩・りんご・オリーブ油・酢	
土	10 24	鶏南蛮うどん ほうれん草の胡麻和え ゼリー	干しうどん・鶏肉・長葱・人参・青菜・醤油・塩・かつおだし ほうれん草・にんじん・ごま・砂糖・醤油 100%果汁・水・砂糖・アガー		くだもの・牛乳 パン・小魚(1歳児クラスから) ソフトフランスパン/バターロールパン生地・ 食べる小魚 くだもの・牛乳			

*エネルギー(幼児) 581kcal たんぱく質 22.9g 脂質 18.6g *0才のみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。*3時のおやつは、全クラス豆乳入り牛乳・くだものがつきます *材料の関係で献立が変更になることもあります。