

3がつのこんだて

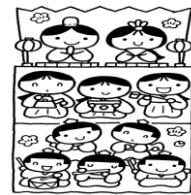


(ひよこ)

熱量 487g タンパク質 19.2g

吉祥院保育園

	献立	材	料	おやつ		献立	材	料	おやつ
11	ごはん 鮭の照り焼き	米	鮭 醤油 みりん 酒	ジャムサンド 食パン5 苺ジャム	4	ごはん 肉豆腐の卵とじ風	米	豆腐 豚肉 人参 玉葱 青葱 青梗菜 卵 砂糖 醤油	スイートポテト 薩摩芋 牛乳 卵 砂糖
25	切干大根	切干大根	人参 グリンピース 砂糖 醤油 油		18	胡瓜の酢漬け	胡瓜 酢 砂糖 醤油		
(月)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 味噌		牛乳	(月)	味噌汁	大根 小松菜 昆布 味噌		牛乳
12	ごはん 煮物	米	豚肉 薩摩芋 人参 キャベツ 玉葱 油 砂糖 醤油	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖	5	ごはん 煮魚	鱈 砂糖 醤油	おかかおにぎり 米 鰹節 醤油	
26	ゆで卵	卵			19	白菜の煮物	白菜 玉葱 人参 砂糖 醤油		
(火)	味噌汁	麩 人参 わかめ 昆布 味噌		牛乳	(火)	味噌汁	ソーメン 玉葱 青葱 昆布 味噌		牛乳
13	ごはん ハンバーグ	米	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 パン粉 牛乳 砂糖 ケチャップ	バナナ1本	20	食パン クリームシチュー	食パン 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 パセリ 豆乳 片栗粉	きな粉おにぎり 米 きな粉 砂糖	
27	ポテトサラダ	じゃが芋 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油		花形ビスケット2枚		野菜サラダ	キャベツ 人参 胡瓜 スナップエンドウ 砂糖 醤油 酢 胡麻油		牛乳
(水)	コンソメスープ	キャベツ 人参 コーン コンソメ		牛乳	(水)				
14	炊き込みご飯 豚じゃが	米 鶏こま 人参 ごぼう 酒 みりん 醤油	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 三度豆 砂糖 醤油 油	玉子うどん うどん 卵 人参 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 醤油	7	ごはん からあげ(焼き)	米 鶏もも肉 醤油 酒 卵 片栗粉 米粉 油	トースト1/6 2本	
28	味噌汁	ソーメン 白菜 青葱 昆布 味噌		牛乳	(木)	味噌汁	豆腐 わかめ 青葱 昆布 味噌	牛乳	
(木)					8	じゃこごはん 野菜の煮物	米 ちりめんじゃこ 砂糖 醤油 豚ミンチ 薩摩芋 大根 人参 蓮根 ごぼう 三度豆 砂糖 醤油 油	ぶどうゼリー ぶどうジュース 砂糖 寒天 ゼラチン	
15	ごはん 鶏の照り煮	米	鶏もも肉 砂糖 醤油	りんごとチーズのケーキ 小麦粉 卵 砂糖 りんご チーズ マーガリン ベーキングパウダー	22	味噌汁	白菜 人参 昆布 味噌	ウエハース2枚 牛乳	
29	野菜の胡麻和え	キャベツ 法蓮草 人参 砂糖 醤油 すり胡麻		牛乳	(金)				
(金)	味噌汁	豆腐 わかめ 昆布 味噌							
2	わかめうどん	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 昆布 鰹節 砂糖 醤油		バターロール	9	肉うどん	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 醤油	スナックスティックパン	
16	薩摩芋の煮物	薩摩芋 砂糖 醤油		牛乳	(土)	野菜の煮物	南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油	牛乳	
(土)									
備	1日(水)ひなまつり * 洋風散らし寿司	米 シーチキン コーン 胡瓜 卵 砂糖 塩 酢 昆布 刻み海苔		6日(水)お弁当保育 * ポテトドーナツ(焼き) じゃが芋 砂糖 上新粉 油		13日(水)お誕生日会 * ごはん * ハンバーグ	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 パン粉 牛乳5 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 片栗粉	30日(土) * おにぎり (おかか・じゃこ) * 豚汁	
考	* 鶏の照り煮	鶏もも肉 砂糖 醤油				* ポテトサラダ	じゃが芋 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油	豚肉 キャベツ 人参 大根 玉葱 青葱 昆布 味噌	
	* 野菜の胡麻和え	キャベツ 菜の花 法蓮草 人参 砂糖 醤油 すり胡麻				* コンソメスープ	キャベツ 人参 コーン コンソメ	* バナナ1/3 (おやつ)	
	* 澄まし汁	手まり麩 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 醤油				(おやつ)* バナナ2/3本		* スナックスティックパン	
	(おやつ)* ハイハイ2枚					* 花形ビスケット2枚			
	* バナナ1/2本					* 牛乳			
	* 牛乳					23日(土)卒園式		* 牛乳	



* 天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

* 保育園では、ひよこごみ、あひるごみは、麦、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)ベーコン、ハム、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。