



3月こんだて



熱量 549kcal タンパク質 22.7g (うさぎ) (幼児)

吉祥院こども園

献立	材	料	おやつ	献立	材	料	おやつ
13 からあげ	米	鶏もも肉 醤油 酒 卵 片栗粉 小麦粉 油	シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖	6 麻婆豆腐	米	豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉	オレンジゼリー オレンジ果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 みかん缶
27 野菜の塩昆布和え	白菜 人参 胡瓜 竹輪 塩昆布			20 胡瓜の酢漬け	胡瓜 砂糖 醤油 酢		砂糖 みかん缶
(月) 味噌汁	豆腐 なめこ 青葱 昆布 鰹節 味噌		牛乳	(月) 澄まし汁	キャベツ 油揚げ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油		牛乳
14 ミートスパゲティ	スパゲティ 油 人参 玉葱 豚ミンチ 醤油 ケチャップ トマト缶 コンソメ 粉チーズ		ヨーグルト ビスケット	7 ごはん 煮魚	米 鰹 砂糖 醤油 みりん 酒		バナナあん揚げ春巻き バナナ 小豆 春巻きの皮 油
28 ブロッコリーのツナ和え	ブロッコリー シーチキン 人参 玉葱 醤油			白菜と豚肉の煮物	豚肉 白菜 玉葱 人参 砂糖 醤油 油		
(火) コーンスープ	玉葱 ベーコン 豆苗 クリームコーン缶 コンソメ		牛乳	(火) 味噌汁	薩摩芋 さつま揚げ わかめ 昆布 鰹節 味噌		牛乳
1 カレーライス	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ コンソメ 油 小麦粉		マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖	22 ごはん 根野菜の煮物	米 豚肉 薩摩芋 大根 人参 グリンピース ごぼう れんこん 砂糖 醤油 油		ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 ベーキングパウダー マーガリン 牛乳
29 ごぼうサラダ	ごぼう 人参 きゃべつ 蓮根 ハム 胡瓜 マヨネーズ		牛乳	(水) 味噌汁	豆腐 人参 小松菜 昆布 鰹節 味噌		
2 ごはん 高野豆腐の煮物	米 高野豆腐 人参 三度豆 舞茸 こんにゃく 玉葱 油揚げ 砂糖 醤油		スイートポテト 薩摩芋 豆乳 卵 砂糖	9 バターロール クリームシチュー	バターロール 鶏こま じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 シチュールウ コンソメ		(9日) 炊き込みおにぎり 米 鮭 人参 ごぼう 酒 みりん 醤油
16 ゆで卵	卵			23 マカロニサラダ	マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 ハム 砂糖 醤油 酢 胡麻油		(23日) おはぎ 牛乳
(木) 味噌汁	白菜 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌		牛乳	(木) ごはん ハンバーグ	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 バン粉 牛乳 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 片栗粉		(10日) ジャムサンド 食パン 苺ジャム
17 赤魚のムニエル	米 赤魚 小麦粉 マーガリン		米粉と豆腐のブラウニー 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 油 砂糖 豆腐	10 野菜ソテー	キャベツ 人参 玉葱 しめじ 黄パプリカ ベーコン コンソメ 薄口醤油 油		(24日) メロンパン
31 大根の金平風	大根 人参 こんにゃく さつま揚げ 黒胡麻 油 砂糖 醤油		牛乳	(金) 味噌汁	麩 もやし わかめ 昆布 鰹節 味噌		牛乳
(金) 味噌汁	ソーメン 法蓮草 しめじ 昆布 鰹節 味噌			きつねうどん	うどん 豚肉 油 きゃべつ 人参 もやし ピーマン 醤油 青のり 鰹節		スナックスティックパン
4 ポテトサラダ	じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ		ぶどうパン	11 味噌汁	じゃが芋 人参 法蓮草 大根 昆布 鰹節 味噌		牛乳
(土) 味噌汁	白菜 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌		牛乳	(土) 味噌汁	じゃが芋 人参 法蓮草 大根 昆布 鰹節 味噌		牛乳
3日(金) ひな祭り * 洋風散らし寿司 * 赤魚の照り焼き * 大根の金平風 * 澄まし汁 (おやつ)	米 シーチキン缶 スナップえんどう かまぼこ 人参 胡瓜 卵 酢 砂糖 塩 昆布 刻みのり 桜でんぶ 赤魚 みりん 醤油 酒 大根 人参 こんにゃく さつま揚げ 黒胡麻 油 砂糖 醤油 手毬麩 菜の花 しめじ わかめ 昆布 鰹節 薄口醤油 * 三色ゼリー * ウエハース * 牛乳		(8日) お弁当保育 * お楽しみクッキー 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン ココア * 牛乳	15日(水) お誕生日会 * カレーライス * ごぼうサラダ (おやつ) * フルーツ盛り合わせ りんご 苺 バナナ * ライスクッキー * 牛乳	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ コンソメ 小麦粉 油 ごぼう 人参 きゃべつ 蓮根 ハム 胡瓜 マヨネーズ		23日(水) おやつ * おはぎ 米 もち米 塩 水 小豆 砂糖 きな粉 砂糖

*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。
*☆マークは、新メニューです。