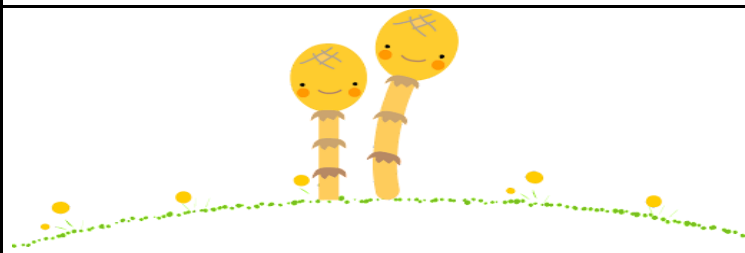




# 3月こんだて

熱量 414 kcal タンパク質 17.2 g

(あひる)

吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ		
11 ・ 25 (月)	ごはん 高野豆腐の中華風煮 バナナ 味噌汁	米 高野豆腐 豚肉 人参 玉葱 グリンピース しめじ こんにゃく 砂糖 醤油 片栗粉 胡麻油 バナナ 白菜 人参 油揚げ 昆布 鰹節 味噌	きな粉サンド 食パン きな粉 マーガリン 砂糖 牛乳	4 ・ 18 (月)	ごはん グラタン ブロッコリー 味噌汁	米 鶏こま 玉葱 人参 マカロニ しめじ 舞茸 コーン 小麦粉 牛乳 粉チーズ マーガリン コンソメ ブロッコリー もやし 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	焼き芋 薩摩芋 牛乳	
12 ・ 26 (火)	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 パン粉 牛乳 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 片栗粉 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 ハム コーン マヨネーズ キャベツ 人参 ウィンナー 昆布 コンソメ	ぶどうゼリー ぶどう果汁 砂糖 寒天 ゼラチン 牛乳	5 ・ 19 (火)	(5日)カレーライス (19日)ポークシチュー マカロニサラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ 小麦粉 油 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 ビーフシチュールウ 小麦粉 油 マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 ハム マヨネーズ	(5日)フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン (19日)きな粉おにぎり きな粉 米 牛乳	
13 ・ 27 (水)	(13日)おかかごはん 鶏の唐揚げ カラフルソテー 味噌汁	米 花鰹 醤油 鶏もも肉 醤油 酒 卵 片栗粉 小麦粉 油 ブロッコリー 人参 玉葱 ベーコン 黄パプリカ コンソメ 油 薄口醤油 大根 わかめ なめこ 昆布 鰹節 味噌	(13日)カステラ (27日)メロンパン 牛乳					
14 ・ 28 (木)	ナポリタン 野菜サラダ コーンスープ	スパゲティ 油 人参 玉葱 ピーマン ハム 醤油 トマト缶 マッシュルーム コンソメ ケチャップ 粉チーズ キャベツ 大根 人参 胡瓜 ツナ 砂糖 醤油 酢 胡麻油 玉葱 ベーコン 豆苗 クリームコーン缶 コンソメ	じゃこおにぎり 米 ちりめんじゃこ 砂糖 醤油 牛乳	7 ・ 21 (木)	ごはん トンカツ 酢の物 味噌汁	米 豚ひれ肉 パン粉 小麦粉 卵 油 わかめ 胡瓜 人参 かぶ 酢 砂糖 醤油 麩 油揚げ 玉葱 昆布 鰹節 味噌	みかん ウエハース 牛乳	
15 (金)	ごはん おでん 味噌汁	米 大根 じゃが芋 人参 こんにゃく うずら卵 竹輪 厚揚げ 砂糖 醤油 麩 小松菜 さつま揚げ 昆布 鰹節 味噌	ポールドーナツ 小麦粉 牛乳 卵 砂糖 油 ベーキングパウダー 牛乳	8 ・ 22 (金)	ごはん 鶏じゃが めざし 味噌汁	米 鶏ミンチ じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 めざし 豆腐 しめじ 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	ねぎ焼き 小麦粉 青葱 卵 鰹節 油 醤油 水 牛乳	
2 ・ 16 ・ 30 (土)	衣笠うどん 南瓜煮	うどん 鶏こま 油揚げ 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 砂糖 醤油	スナックスティックパン 牛乳	9 ・ 23 (土)	焼きうどん 味噌汁	うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし ピーマン 醤油 鰹節 大根 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	ぶどうパン 牛乳	
備考	1日(金)ひな祭り (1日)*洋風散らし寿司 米 シーチキン缶 スナックエンドウ かまぼこ 人参 胡瓜 卵 (29日)ごはん 酢 砂糖 塩 昆布 刻みのり 桜でんぶ *鮭の照り焼き 鮭 酒 みりん 醤油 *ひじきの炒め煮 ひじき 人参 油揚げ 薩摩芋 砂糖 醤油 油 *澄まし汁 手毬麩 わかめ さつま揚げ 昆布 鰹節 薄口醤油 (おやつ) (1日)*三色ゼリー*ビスケット*牛乳 (29日)*ポールドーナツ *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。			6日(水)お弁当保育 (おやつ) *お楽しみクッキー 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 *牛乳				13日(水)誕生会 27日(水)卒園式 <div style="text-align: center;"></div>



\*保育園では、あひるぐみは、発芽玄米、麦は食べにくいので抜いています。