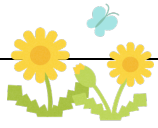
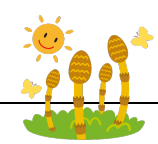


3月こんだて

熱量 407 kcal タンパク質 17.4 g (ひよこ)

吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ	献立	材 料	お や つ
10 ・ 24	ごはん 麻婆豆腐 胡瓜の酢漬け	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 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢	17 ・ 31	ごはん 手羽元のさっぱり煮 キャベツの煮びたし	米 手羽元 砂糖 醤油 酢 キャベツ 人参 玉葱 砂糖 醤油
(月)	味噌汁	薩摩芋 ごぼう 小松菜 昆布 鰹節 味噌	(月)	澄まし汁	豆腐 法蓮草 昆布 鰹節 薄口醤油
11 ・ 25	ミートうどん ブロッコリーの醤油マヨ和え	うどん 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 ブロッコリー カリフラワー 人参 ツナ 胡瓜 マヨネーズ 醤油	4 ・ 18	ごはん グラタン ブロッコリー	米 鶏肉 玉葱 人参 マカロニ コーン 小麦粉 牛乳 チーズ マーガリン コンソメ ブロッコリー 醤油
(火)	コーンスープ	キャベツ 玉葱 クリームコーン コンソメ	(火)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌
12 ・ 26	ごはん ハンバーグ 大根サラダ	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 大根 胡瓜 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	19	野菜うどん ポテトサラダ	うどん 豚肉 玉葱 人参 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 片栗粉 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 コーン マヨネーズ
(水)	味噌汁	豆腐 わかめ 昆布 鰹節 味噌	(水)	ごはん 松風焼き 野菜のソテー	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 青葱 卵 パン粉 砂糖 醤油 味噌 胡麻 キャベツ ブロッコリー 黄パプリカ 人参 玉葱 コンソメ 薄口醤油 油 ソーメン 人参 昆布 鰹節 味噌
13 ・ 27	ごはん クリームシチュー マカロニサラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 小麦粉 油 マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 ツナ マヨネーズ	6	味噌汁	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 青葱 卵 パン粉 砂糖 醤油 味噌 胡麻 キャベツ ブロッコリー 黄パプリカ 人参 玉葱 コンソメ 薄口醤油 油 ソーメン 人参 昆布 鰹節 味噌
(木)	ごはん 鮭の照り焼き 豆腐とひじきの炒め煮	米 鮭 酒 みりん 醤油 豆腐 ひじき 蓮根 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油	7 ・ 21	ごはん 肉団子 酢の物	米 豚ミンチ 豆腐 酒 醤油 片栗粉 砂糖 醤油 片栗粉 わかめ 胡瓜 人参 かぶ 酢 砂糖 醤油
(金)	味噌汁	大根 わかめ 昆布 鰹節 味噌	(金)	味噌汁	麩 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌
1 ・ 15 ・ 29	衣笠うどん ジャーマンポテト	うどん 鶏肉 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 油	8 ・ 22	豚丼 味噌汁	米 豚肉 玉葱 小松菜 人参 砂糖 醤油 油 キャベツ 豆腐 人参 青葱 昆布 鰹節 味噌
(土)		牛乳	(土)		牛乳
備 考	3日(月)ひな祭り *洋風散らし寿司 *手羽元のさっぱり煮 *キャベツの煮びたし *澄まし汁	米 ツナ スナッパエンドウ 人参 胡瓜 卵 酢 砂糖 塩 昆布 桜でんぶ 手羽元 砂糖 醤油 酢 キャベツ 人参 玉葱 砂糖 醤油 手毬麩 わかめ 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	(おやつ) *三色ゼリー *ハイハイ *牛乳	5日(水)お弁当保育 (おやつ) *お楽しみクッキー *牛乳	小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 ココア



*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。

*保育園では、ひよこぐみは、麦、発芽玄米、きのこと類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ヨーグルト、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。