

ひよこぐみ 3月 献立表

2024年2月27日
やまのうちほいくえん

	月 11・25	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 1・15・29	土 3・17
乳児食	<p>□ごはん</p> <p>□ビビンバ 牛肉,ほうれん草,太もやし 人参,ねぎ,にんにく しょうゆ,酒,みりん,砂糖</p> <p>□中華スープ 玉ねぎ,人参,エリンギ コーン,鶏がらスープ,塩</p> <p>□くだもの いよかん</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□鶏の梅味噌焼き 鶏肉,梅干し,味噌</p> <p>□大豆とコーンの甘辛あげ 水煮大豆,コーン,青のり 片栗粉,砂糖,みりん しょうゆ,油</p> <p>□具だくさんスープ 春キャベツ,大根,人参 しめじ,ごぼう コンソメ,塩</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□さわらの竜田あげ さわら,土生姜,片栗粉 油,塩,みりん,しょうゆ</p> <p>□菜の花のおかか和え 菜の花,人参,花かつお しょうゆ</p> <p>□すまし汁 豆腐,まいたけ,玉ねぎ 三つ葉,酒,みりん しょうゆ,塩</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□クリームシチュー 鶏肉,じゃが芋,玉ねぎ,人参 マッシュルーム,ほうれん草 バター,小麦粉,牛乳 スキムミルク,チーズ,塩</p> <p>□スティック野菜とくだもの ～夏みかんマヨネーズ添え～ かぶ,かぶの葉,れんこん ブロッコリー,オレンジ マヨドレ,塩,夏みかん,砂糖</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□とんかつ 豚ヒレ肉,小麦粉,パン粉 塩,油</p> <p>□かぼちゃサラダ かぼちゃ,きゅうり レーズン,りんご,マヨドレ,塩</p> <p>□みそ汁 白菜,玉ねぎ,油あげ,ねぎ,味噌</p>	<p>□焼うどん うどん,豚肉,キャベツ 玉ねぎ,人参,しめじ 酒,みりん,しょうゆ,砂糖</p> <p>□みそ汁 玉ねぎ,ふ,ねぎ,味噌</p>
完了期	<p>□ごはん</p> <p>□ビビンバ 牛肉,ほうれん草,太もやし 人参,ねぎ しょうゆ,酒,みりん,砂糖</p> <p>□中華スープ 玉ねぎ,人参,エリンギ コーン,鶏がらスープ,塩</p> <p>□くだもの いよかん</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□鶏の梅味噌焼き 鶏肉,梅干し,味噌</p> <p>□大豆とコーンの甘辛あげ 水煮大豆,コーン,青のり 片栗粉,砂糖,みりん しょうゆ,油</p> <p>□具だくさんスープ 春キャベツ,大根,人参 しめじ,ごぼう コンソメ,塩</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□さわらの竜田あげ さわら,片栗粉 油,塩,みりん,しょうゆ</p> <p>□菜の花のおかか和え 菜の花,人参,花かつお しょうゆ</p> <p>□すまし汁 豆腐,まいたけ,玉ねぎ 三つ葉,酒,みりん しょうゆ,塩</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□クリームシチュー 鶏肉,じゃが芋,玉ねぎ,人参 マッシュルーム,ほうれん草 バター,小麦粉,牛乳 スキムミルク,チーズ,塩</p> <p>□スティック野菜とくだもの かぶ,かぶの葉,れんこん ブロッコリー,オレンジ 塩</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□とんかつ 豚ヒレ肉,小麦粉,パン粉 塩,油</p> <p>□かぼちゃサラダ かぼちゃ,きゅうり レーズン,りんご,酢,砂糖,塩</p> <p>□みそ汁 白菜,玉ねぎ,油あげ,ねぎ,味噌</p>	<p>□焼うどん うどん,豚肉,キャベツ 玉ねぎ,人参,しめじ 酒,みりん,しょうゆ,砂糖</p> <p>□みそ汁 玉ねぎ,ふ,ねぎ,味噌</p>
朝のおやつ	□お子様せんべいなど	□くだもの	□ビスケットなど	□干し芋など	□くだもの	□ビスケットなど
3時のおやつ 【乳児食】	<p>□牛乳</p> <p>□大学芋 さつまいも,砂糖,酢,油</p>	<p>□牛乳</p> <p>□ホットケーキ 小麦粉,ベーキングパウダー 卵,砂糖,バター,牛乳 スキムミルク メープルシロップ</p>	<p>□牛乳</p> <p>□いろいろ 小麦粉,片栗粉,砂糖,抹茶 黒砂糖など</p>	<p>□牛乳</p> <p>□ビスコッティ 小麦粉,ベーキングパウダー 砂糖,豆乳,サラダ油 レーズン,バナナ</p>	<p>□お茶</p> <p>□フルーツ大福風焼きもち 白玉粉,米粉,片栗粉 あんこ,いちごなど</p>	<p>□お茶</p> <p>□おせんべい、果物など</p>
3時のおやつ 【完了食】	<p>□牛乳</p> <p>□大学芋 さつまいも,砂糖,酢,油</p>	<p>□牛乳</p> <p>□ホットケーキ 小麦粉,ベーキングパウダー 砂糖,豆乳 メープルシロップ</p>	<p>□牛乳</p> <p>□いろいろ 小麦粉,片栗粉,砂糖,抹茶 黒砂糖など</p>	<p>□牛乳</p> <p>□ビスコッティ 小麦粉,ベーキングパウダー 砂糖,豆乳,サラダ油 レーズン,バナナ</p>	<p>□お茶</p> <p>□フルーツ大福風焼きもち 白玉粉,米粉,片栗粉 あんこ,いちごなど</p>	<p>□お茶</p> <p>□おせんべい、果物など</p>
	月 4・18	火 5・19	水 6・20	木 7・21	金 8・22	土 9・23
乳児食	<p>□おにぎり</p> <p>□(4日)カレー風味からあげ 鶏肉,カレー粉,片栗粉 しょうゆ,酒,油</p> <p>□(18日)チキンチャップ 鶏肉,片栗粉,ケチャップ ウスターソース,しょうゆ 酒,油,塩,砂糖</p> <p>□スパゲティサラダ スパゲティ,人参,きゅうり りんご,シーチキン,マヨドレ</p> <p>□コンソメスープ かぶ,かぶの葉,人参,玉ねぎ コーン,コンソメ,塩</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□チンジャオロース 牛肉,ピーマン,赤パプリカ 黄パプリカ,片栗粉 酒,しょうゆ,砂糖</p> <p>□いろいろナムル ほうれん草,太もやし,人参 コーン,しょうゆ,ごま油</p> <p>□中華スープ 豆腐,大根,ちんげん菜 しめじ,鶏がらスープ,塩</p>	<p>□ごはん</p> <p>□あじのかば焼き あじ,土生姜,片栗粉 しょうゆ,酒,みりん,砂糖</p> <p>□小松菜と桜えびのお浸し 小松菜,きゅうり,人参 桜えび,しょうゆ</p> <p>□みそ汁 かぼちゃ,玉ねぎ,人参 ねぎ,味噌</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□コロッケ 合挽きミンチ,じゃが芋 小麦粉,パン粉,油 砂糖,しょうゆ,みりん,塩</p> <p>□ツナマヨサラダ 大根,きゅうり,春キャベツ シーチキン,マヨドレ</p> <p>□すまし汁 玉ねぎ,ふ,ゆば,三つ葉 酒,みりん,しょうゆ,塩</p>	<p>□ごはん</p> <p>□ポークカレー 豚肉,じゃが芋,玉ねぎ,人参 水煮大豆,バター,小麦粉 カレー粉,ヨーグルト スキムミルク,チーズ,黒砂糖 ケチャップ,塩</p> <p>□春野菜マリネ ブロッコリー,カリフラワー 春キャベツ,赤パプリカ 黄パプリカ,夏みかん 酢,砂糖,塩,オリーブ油</p>	<p>□鶏南蛮風うどん うどん,鶏肉,長ねぎ まいたけ,人参,昆布 塩,酒,みりん,砂糖 しょうゆ(濃口,うすくち)</p> <p>□ほうれん草の塩昆布和え ほうれん草,人参,塩昆布</p>
完了期	<p>□おにぎり</p> <p>□(4日)カレー風味からあげ 鶏肉,カレー粉,片栗粉 しょうゆ,酒,油</p> <p>□(18日)チキンチャップ 鶏肉,片栗粉,ケチャップ ウスターソース,しょうゆ 酒,油,塩,砂糖</p> <p>□スパゲティサラダ スパゲティ,人参,きゅうり りんご,シーチキン,酢,砂糖,塩</p> <p>□コンソメスープ かぶ,かぶの葉,人参,玉ねぎ コーン,コンソメ,塩</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□チンジャオロース 牛肉,ピーマン,赤パプリカ 黄パプリカ,片栗粉 酒,しょうゆ,砂糖</p> <p>□いろいろナムル ほうれん草,太もやし,人参 コーン,しょうゆ,ごま油</p> <p>□中華スープ 豆腐,大根,ちんげん菜 しめじ,鶏がらスープ,塩</p>	<p>□ごはん</p> <p>□あじのかば焼き あじ,片栗粉 しょうゆ,酒,みりん,砂糖</p> <p>□小松菜のお浸し 小松菜,きゅうり,人参 しょうゆ</p> <p>□みそ汁 かぼちゃ,玉ねぎ,人参 ねぎ,味噌</p>	<p>□おにぎり</p> <p>□コロッケ 合挽きミンチ,じゃが芋 小麦粉,パン粉,油 砂糖,しょうゆ,みりん,塩</p> <p>□春キャベツの塩昆布和え 大根,きゅうり,春キャベツ シーチキン,塩昆布</p> <p>□すまし汁 玉ねぎ,ふ,ゆば,三つ葉 酒,みりん,しょうゆ,塩</p>	<p>□ごはん</p> <p>□ポークカレー 豚肉,じゃが芋,玉ねぎ,人参 水煮大豆,バター,小麦粉 カレー粉,ヨーグルト スキムミルク,チーズ,黒砂糖 ケチャップ,塩</p> <p>□春野菜マリネ ブロッコリー,カリフラワー 春キャベツ,赤パプリカ 黄パプリカ 酢,砂糖,塩,オリーブ油</p>	<p>□鶏南蛮風うどん うどん,鶏肉,長ねぎ まいたけ,人参,昆布 塩,酒,みりん,砂糖 しょうゆ(濃口,うすくち)</p> <p>□ほうれん草の塩昆布和え ほうれん草,人参,塩昆布</p>
朝のおやつ	□ビスケットなど	□くだもの	□塩せんべいなど	□くだもの	□干し芋など	□お子さませんべいなど
3時のおやつ 【乳児食】	<p>□牛乳</p> <p>□フルーツサンド 食パン,豆乳生クリーム 砂糖,いちご フルーツ缶など</p>	<p>□牛乳</p> <p>□かぼちゃもち かぼちゃ,米粉,水,砂糖 サラダ油,レーズン きな粉</p>	<p>□牛乳</p> <p>□フルーツ寒天 寒天,砂糖,フルーツ缶 オレンジなど</p>	<p>□牛乳</p> <p>□ママレードケーキ 小麦粉,卵,砂糖,サラダ油 ベーキングパウダー ママレードジャム,塩</p>	<p>□お茶</p> <p>□おはぎ 米,もち米,あんこ,きな粉 砂糖,塩</p>	<p>□お茶</p> <p>□ビスケット、果物など</p>
3時のおやつ 【完了食】	<p>□牛乳</p> <p>□フルーツサンド 食パン,豆乳生クリーム 砂糖,いちご フルーツ缶など</p>	<p>□牛乳</p> <p>□かぼちゃもち かぼちゃ,米粉,水,砂糖 サラダ油,レーズン きな粉</p>	<p>□牛乳</p> <p>□フルーツ寒天 寒天,砂糖,フルーツ缶 オレンジなど</p>	<p>□牛乳</p> <p>□ママレードケーキ 小麦粉,砂糖,サラダ油 ベーキングパウダー 豆乳,ママレードジャム,塩</p>	<p>□お茶</p> <p>□おはぎ 米,もち米,あんこ,きな粉 砂糖,塩</p>	<p>□お茶</p> <p>□ビスケット、果物など</p>



どの食材も園で食べる前に必ずお家で試して下さいね。
 展示食(事務所前のカウンターにあります)は、毎日見て帰って下さい。
 誤飲につながらないよう、りんごは加熱をしたりと、その時期の子どもに合わせて調理法を変えています。
 乳児食からはりんごや野菜等、加熱をせずに調理をします。“カミカミ”“モグモグ”と噛むことを大切にしていきたいです。