

献立表 3 がつ

乳児(ひよこ・あひる・あかびり)・小児(もも・き・あおぐみ)
 いよいよ今年度最後の月となります。今年を迎えるあおぐみのリクエストメニューを
 中ばい献立を作りました。この保育園の味をしっかりと覚えていてくれると嬉しいです!
 みんなでつどひとは楽しいですが、行事食も大変です。3/3 ひなまつり、3/11エイワの日
 はリクエストとなりますので、詳細は後日お知らせします。

※はリクエストメニューです

	㊦ 14・28	㊦ 1・15・ ^{お弁当} 29	㊦ 2・16・ ^{お弁当} 30	㊦ 3・17・ ^{お弁当} 31	㊦ 4・18	㊦ 5・19
献立	※マカロニグラタン 春野菜スープ	魚生のおせり焼き ※糸内豆和え すまし汁	※とんかつ スロガティサラダ みそ汁	※鶏のてりやき 菜の花orブロッコリーの お好み和え すまし汁	さわらの竜田あげ 切り干し大根の煮物 みそ汁	鶏南蛮風 うどん 小松菜のしらすサラダ
材料	パン 乳幼 鶏肉 25 35 マカロニ 10 15 玉ねぎ 15 20 マッシュルーム 8 10 菜の花 6 8 バター 3 4.5 小麦粉 4.5 6.8 牛乳 2 1.5 スキムミルク 8 12 チーズ(塩) 18 25 かぼち 10 15 かぼちの葉 10 15 キャバツ 10 15 玉ねぎ 10 15 人参 5 7 コーン 3 5 (コンソメ、塩)	ごはん 乳幼 魚生 40 60 青のり (酒、しょうゆ、油) ひきわり納豆 7 10 ほうれん草 10 15 白菜 15 20 人参 5 7 もやし 10 15 シチキン 7 10 焼売のり (しょうゆ) 春キャバツ 6 8 人参 3 5 玉ねぎ 15 20 しめじ 15 20 おろし 4 6 (しょうゆ、みりん、しょうゆ、塩)	ごはん 乳幼 豚ヒレ肉 35 50 小麦粉 5 6 パン粉 7 10 (塩、油) スロガティ 8 12 キャバツ 6 8 春キャバツ 7 10 人参 3 4 りんご 4 8 レーズン 2 3 (マヨネーズ、塩) 豆腐 20 30 油あげ 3 4 わかめ 0.3 0.4 (味噌)	ごはん 乳幼 鶏肉 50 70 (酒、みりん、砂糖、しょうゆ) 菜の花orブロッコリー 7 10 コーン 2.5 3.5 人参 3 5 花かつお (しょうゆ) 大根 15 20 人参 5 7 れんこん 8 10 玉ねぎ 10 15 ほうれん草 7 10 (しょうゆ、みりん、しょうゆ、塩)	ごはん 乳幼 さくら 40 60 生姜 0.2 0.3 片栗粉 3 5 油 7 10 (しょうゆ、しょうゆ) 切り干し大根 5 7 油あげ 3 4 人参 3 4 水菜大豆 7 10 かじき 0.7 1 (しょうゆ、みりん、しょうゆ、塩、砂糖) じゃがいも 20 30 玉ねぎ 15 20 人参 3 5 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 うどん 40 60 鶏肉 25 35 長ねぎ 4 5 まいたけ 8 10 人参 8 10 (昆布、しょうゆ、しょうゆ、塩) 濃口しょうゆ、砂糖 酒、みりん 小松菜 15 20 春キャバツ 15 20 しらす干し 1 2 黄いり 3 5 (酢、しょうゆ、油)
おやつ	肉うどん、お茶 (うどん、牛肉、まいたけ、ねぎ、 昆布、酒、みりん、砂糖、 塩、しょうゆ、しょうゆ)	※アップルパイ、牛乳 (パイシート、りんご、 バター、砂糖、 プレーンヨーグルト)	※チョコせん、お茶 (チョコせん、お好みソース、 マヨネーズ、天かす、青のり、 かつお粉)	※カレー、牛乳 (小麦粉、砂糖、バター、 牛乳、生クリーム、じゃがいも、 コンソメ)	いそもちもち、牛乳 (米粉、白玉粉、 ちりめんじゃこ、油、水、 しょうゆ、砂糖、焼売のり)	(おせんべい、 果物、など) お茶
献立	※マーボー豆腐 大根と水菜の 中華サラダ	鶏の南蛮漬け 白菜とほうれん草の 塩昆布和え みそ汁	※ビーフカレー ブロッコリーと パプリカのサラダ	※ミートボール スタック野菜 〜夏野菜のミソソース添え〜 豆腐コンソメスープ	※魚のコンフレック 焼き ちんげん菜と桜えびの お浸し 豚汁	※八宝菜 海苔サラダ
材料	ごはん 乳幼 豚ミンチ 30 40 豆腐 60 80 ねぎ 3 4 生姜 0.2 0.3 片栗粉 3 5 (味噌、鶏がらスープ、 しょうゆ、塩、ごま油)	ごはん 乳幼 鶏肉 35 50 玉ねぎ 15 20 人参 3 5 ピーマン 3 5 (酢、しょうゆ、砂糖、 しょうゆ、油、生姜、片栗粉、 みりん、だし)	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 じゃがいも 40 60 玉ねぎ 30 40 人参 15 20 人参 8 10 コーン 3 4.5 バター 3 4.5 小麦粉 6 8 カレー粉 0.2 0.3 スキムミルク 1 1.5 ヨーグルト 3 4 チーズ 1 2 (しょうゆ、黒砂糖、塩)	パン 乳幼 合挽きミンチ 35 50 おから 15 20 玉ねぎ 7 10 かじき 0.3 0.5 豆腐 10 15 片栗粉 10 15 (しょうゆ、砂糖、塩) じゃがいも 20 30 れんこん 10 15 人参 15 20 かぼち 20 30 かぼちの葉 (塩、砂糖、しょうゆ、しょうゆ)	ごはん 乳幼 魚生 40 60 コンフレック 10 15 パン粉 5 7 (マヨネーズ、酒、塩) ちんげん菜 20 30 春キャバツ 10 15 人参 3 4 桜えび 0.7 1 (しょうゆ、ごま油) 豚肉 10 15 大根 15 20 人参 5 7 じゃがいも 4 6 油あげ 3 4 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 豚肉 30 40 白菜 25 35 もやし 15 20 人参 6 8 ピーマン 6 8 玉ねぎ 10 15 片栗粉 3 5 (鶏がらスープ、塩、 しょうゆ、しょうゆ、ごま油) 海苔 1 2 きゅうり 5 7 人参 4 5 コーン 4 5 (酢、砂糖、塩)
おやつ	※力ッパ、牛乳 (クッキー、シチキン、 玉ねぎ、マヨネーズ、 じゃがいも)	※ミートソーススロガティ、牛乳 (スロガティ、豚ミンチ、玉ねぎ、 塩、砂糖、しょうゆ、 トマトソース、コーン)	※たけのこ、牛乳 (白玉粉、強力粉、塩、 オリーブ油、しょうゆ、砂糖、 片栗粉、きくらげ)	たけのこごはんのおにぎり、 お茶 (米、昆布、酒、シチキン、 ごま油、人参、塩昆布、 焼売のり)	※コリアンドレッシング、牛乳 (小麦粉、りんご酢、しょうゆ、 コンソメ、砂糖、塩、豆腐、 油、豆腐生クリーム、 いちご、おろし)	(ビスケット、 果物、など) お茶

☆味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。 2022、2、25 山内保育園