

2021年度 3月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日(火)	ごはん 鱈の塩焼き キャベツときゅうりのごま和え すまし汁 ゼリー	鱈(乳児は鱈)、塩 キャベツ、きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、はくさい、たまねぎ、うすあげ、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 フルーツ盛り合わせ (りんご、デコボン、バナナ)	17日(木)	ラーメン キャベツとはくさいのごま和え いりこ りんご	中華麺、鶏もも肉、チンゲン菜、もやし、わかめ、コーン缶、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、みりん、砂糖、ごま油 キャベツ、はくさい、にんじん、しらす干し、白ごま、酢、砂糖、塩、油 いりこ りんご	牛乳 菓子パン
2日(水)	カレーライス ひじきと野菜のマヨネーズ和え チーズ りんご	米、牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、りんご、カレーパウダー、油 ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、マヨネーズ、塩 チーズ りんご	牛乳 カップケーキ (ホットケーキミックス、砂糖、牛乳、バター)	18日(金)	ごはん 鱈の照り焼き ひじきときゅうりのサラダ すまし汁 ゼリー	米 鱈、しょうゆ、みりん、砂糖、しょうが ひじき、きゅうり、キャベツ、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、油 絹ごし豆腐、はくさい、たまねぎ、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 やきいも (さつまいも)
3日(木)	ちらし寿司 ほうれん草と白菜の和えもの すまし汁 ゼリー	米、卵、高野豆腐、干しいたけ、砂糖、酢、きゅうり、にんじん、みりん、しょうゆ、酒、のり ほうれん草、白菜、しょうゆ、かつおぶし 花鮓、わかめ、みつば、そうめん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 きなこおはぎ (もち米、きなこ、砂糖) ひなあられ	19日(土)	豚丼 もやしのごま和え すまし汁	米、豚肉、たまねぎ、生姜、しょうゆ、砂糖、酒、油、かつお昆布だし もやし、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
4日(金)	きつねうどん キャベツのおかか和え 粉さいも バナナ	うどん、うすあげ、ほうれん草、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒 キャベツ、にんじん、きゅうり、かつお節、しょうゆ、みりん じゃがいも、塩 バナナ	牛乳 菓子パン	21日(月)	春分の日		
5日(土)	チャーハン きゅうりの酢の物 みそ汁	米、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、しょうゆ、塩、油 きゅうり、キャベツ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、みそ	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	22日(火)	ごはん/ひじき納豆 鶏肉の照り焼き ほうれん草とにんじんの和え物 みそ汁 ゼリー	米、ひじき、納豆 鶏もも肉、しょうゆ、みりん、砂糖 ほうれん草、にんじん、水菜、しらす干し、白ごま、しょうゆ 木綿豆腐、葉ねぎ、たまねぎ、えのき、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、みそ ゼリー	牛乳 鮭おにぎり (鮭、米)
7日(月)	ごはん 鶏肉の照り焼き 野菜のしらすあえ 粕汁 ゼリー	米 鶏肉、しょうが、しょうゆ、みりん、砂糖 キャベツ、にんじん、きゅうり、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 だいこん、にんじん、豚肉、さといも、葉ねぎ、こんにゃく、かつお昆布だし、酒かす、みそ	牛乳 マシュマロコーンフレーク (マシュマロ、コーンフレーク、バター)	23日(水)	ごはん ちくわの磯部揚げ/れんこんの素揚げ キャベツとコーン缶の和え物 みそ汁 ゼリー	米 ちくわ、天ぷら粉、青のり、しょうゆ、酒、油、れんこん キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、しょうゆ 木綿豆腐、えのき、だいこん、さつまいも、こまつな、かつお昆布だし、みそ ゼリー	牛乳 フルーツ盛り合わせ (みしょうかん、バナナ、りんご)
8日(火)	ごはん 鮭のフライ キャベツと菜の花の和え物 みそ汁 ゼリー	米 鮭、卵、たまねぎ、パセリ粉、マヨネーズ、パン粉、牛乳 キャベツ、きゅうり、にんじん、菜の花、酢、砂糖、塩、油 木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、えのき、こまつな、かつお昆布だし、みそ ゼリー	牛乳 きなこバナナ (きなこ、バナナ、砂糖)	24日(木)	カレーうどん きゅうりとこまつなのごま和え いりこ バナナ	うどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、酒、カレー粉、片栗粉 きゅうり、こまつな、うすあげ、もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、油 いりこ バナナ	牛乳 チーズトースト (食パン、マヨネーズ、チーズ)
9日(水)	ごはん 肉じゃが 白菜のごま和え みそ汁 ゼリー	米 牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん ほうれん草、はくさい、コーン缶、白ごま、みりん、しょうゆ 木綿豆腐、かぶ、えのき、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、みそ ゼリー	牛乳 お麩のラスク (麩、バター、砂糖)	25日(金) 誕生会	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ コーンスープ ゼリー	米 合い挽きミンチ、パン粉、牛乳、たまねぎ、塩、ウスターソース、ケチャップ、チーズ じゃがいも、りんご、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、塩 クリームコーン缶、たまねぎ、コーン缶、牛乳、コンソメ、パセリ粉、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、牛乳、卵、砂糖、生クリーム、ホイップクリーム、いちご、みかん缶)
10日(木)	肉うどん ほうれん草のお浸し 煮豆 デコボン	うどん、豚肉、葉ねぎ、かまぼこ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、塩 ほうれん草、にんじん、えのき、うすあげ、しょうゆ、かつお昆布だし 金時豆、砂糖 デコボン	牛乳 揚げパン (ロールパン、きなこ、砂糖)	26日(土)	お弁当のご用意をお願いします。		牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
11日(金)	ごはん/ひじき納豆 鱈の塩田揚げ 水菜とキャベツの和え物 すまし汁 ゼリー	米、ひじき、納豆 鱈(乳児は鱈)、しょうが、しょうゆ、酒、みりん、片栗粉、油 キャベツ、にんじん、水菜、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、だいこん、はくさい、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、マヨネーズ、青のり、粉チーズ)	28日(月)	ごはん 鮭の照り焼き キャベツのサラダ みそ汁 ゼリー	米 鮭、しょうゆ、みりん、砂糖、しょうが キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、しらす干し、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 木綿豆腐、はくさい、えのき、さつまいも、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、みそ ゼリー	牛乳 五平餅 (米、しょうゆ、みりん、砂糖)
12日(土)	卒園式			29日(火) ありがとうの会	お楽しみメニュー		
14日(月)	ごはん 鶏肉の塩焼き きゅうりの酢の物 すまし汁 ゼリー	米 鶏もも肉、塩、じゃがいも きゅうり、キャベツ、にんじん、もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、はくさい、うすあげ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	30日(水)	マーボー丼 もやしのナムル 中華スープ ゼリー	米、木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうが、かつお昆布だし、みそ、しょうゆ、酒、砂糖 もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、塩、ごま油 絹ごし豆腐、キャベツ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 アメリカンドッグ (ホットケーキミックス、ウインナー、牛乳、ケチャップ)
15日(火)	カレーライス ツナと野菜のサラダ チーズ ゼリー	米、牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレーパウダー、油 きゅうり、にんじん、キャベツ、ツナ缶、白ごま、塩、マヨネーズ、しょうゆ チーズ ゼリー	牛乳 ジャムトースト (食パン、いちごジャム)	31日(木)	ミートスパゲッティ ココロサラダ 和風スープ デコボン	スパゲッティ、合い挽きミンチ、にんじん、たまねぎ、ベーコン、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、酒、塩、コンソメ さつまいも、じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、塩 たまねぎ、キャベツ、ベーコン、エリンギ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 デコボン	牛乳 マシュマロクラッカー (マシュマロ、クラッカー)
16日(水)	お別れ遠足・お弁当日		牛乳 みだらし団子 (白玉粉、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉、(0.1歳児はきなこおはぎ)米、きなこ、砂糖、塩)				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おだいどころ：栄養士 廣田・坂口より