



〇〇献立一覧表〇〇



2023年3月 【エリア②】

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
		 ごはん チンジャオロース かぼちゃのサラダ みそ汁 (ほうれんそう・豆腐) ビーチゼリー	 ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き 三色おひたし みそ汁 (じゃがいも・たまねぎ) オレンジ	 ちらし寿司 魚のタルタルソース焼き ブロッコリーサラダ すまし汁 (わかめ) デザート	 ごはん 豚肉の味噌炒め 豆腐のおかか和え すまし汁 (きゃべつ・にんじん) グレープゼリー
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
 ケチャップライス 大根サラダ コンソメスープ オレンジ	 焼肉丼 沢煮椀 マスカットゼリー	 ごはん コロッケ風おやき キャベツ和え みそ汁 (油揚げ・わかめ) りんご	 ごはん 鶏じゃがグラタン 切干大根のさっぱり和え コンソメスープ デザート	 ごはん メカジキの酢豚風 さつまいもの黄金煮 みそ汁 (白菜・油揚げ) オレンジ	 チャーハン マカロニサラダ 春雨スープ アップルゼリー

昼食にはデザートがつきます



マスカットゼリー



オレンジ



りんご



ビーチゼリー



ヨーグルト



カップヨーグルト (ソフール)



アップルゼリー



グレープゼリー

*都合により献立を変更することがあります

*画像はイメージです

〇〇 献立一覧表 〇〇

2023年3月 【エリア②】

13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
 高野豆腐のそぼろ丼 筑前煮 みそ汁 (かぼちゃ・玉ねぎ) ビーチゼリー	 ごはん 厚揚げのうま煮 チンゲン菜のツナサラダ みそ汁 (わかめ) りんご	 ごはん 魚のタルタルソース焼き ひじきの煮物 みそ汁 (キャベツ・大根) オレンジ	 カレーライス パンサンスー りんご	 ごはん 煮込み大豆ハンバーグ しょうゆフレンチ コーンスープ デザート	 ごはん 豚肉の味噌炒め 豆腐のおかか和え すまし汁 (きゃべつ・にんじん) グレープゼリー
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
 ケチャップライス 大根サラダ コンソメスープ オレンジ	 ごはん コロッケ風おやき キャベツ和え みそ汁 (油揚げ・わかめ) りんご	 ごはん 鶏じゃがグラタン 切干大根のさっぱり和え コンソメスープ デザート	 ごはん メカジキの酢豚風 さつまいもの黄金煮 みそ汁 (白菜・油揚げ) オレンジ	 ごはん チャーハン ポテトサラダ 春雨スープ アップルゼリー	 チャーハン ポテトサラダ 春雨スープ アップルゼリー
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	
 高野豆腐のそぼろ丼 筑前煮 みそ汁 (かぼちゃ・玉ねぎ) ビーチゼリー	 ごはん 厚揚げのうま煮 チンゲン菜のツナサラダ みそ汁 (わかめ) りんご	 ごはん チンジャオロース かぼちゃのサラダ みそ汁 (ほうれんそう・豆腐) デザート	 カレーライス パンサンスー りんご	 食パン 煮込み大豆ハンバーグ しょうゆフレンチ コーンスープ オレンジ	

昼食にはデザートがつきます



*都合により献立を変更することがあります。



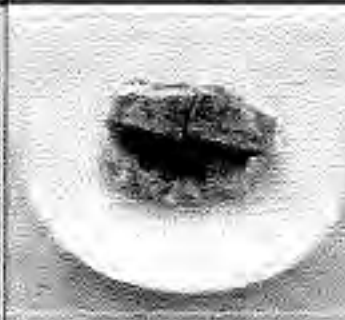


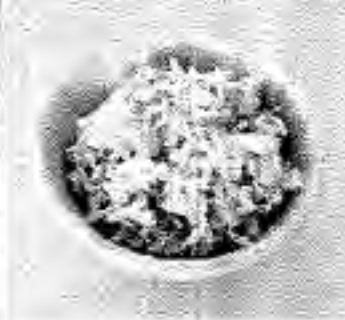
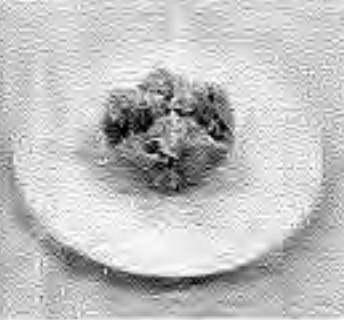
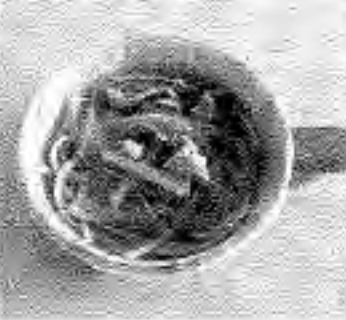










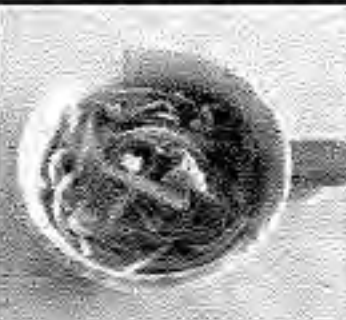









+画像はイメージです。



〇〇 献立一覧表 〇〇



2023年 3月 【エリア②】

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
<p>*おやつ飲み物は 牛乳がります*</p>  <p>牛乳</p>					
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
					
牛乳 豆ごはん	牛乳 きな粉蒸しパン	牛乳 豚小間おにぎり	牛乳 フルーツ寒天	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳 ゆかりおにぎり
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
					
牛乳 米粉クッキー	牛乳 フライドポテト	牛乳 米粉クッキー	牛乳 豆乳もち	牛乳 炊き込みごはん	牛乳 コーンホットケーキ
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
					
牛乳 豆ごはん		牛乳 豚小間おにぎり	牛乳 フルーツ寒天	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳 ゆかりおにぎり
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (木)	
					
牛乳 米粉クッキー	牛乳 フライドポテト	牛乳 お好み焼き	牛乳 豆乳もち	牛乳 炊き込みごはん	

*都合により献立を変更することがあります。
画像はイメージです。



日/曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1日(水)	ごはん デンジャオロース かぼちゃのサラダ みそ汁(ほうれんそう・豆腐) ピーチゼリー	米、米粉、あわせゼリー(ピーチ)、油、じゃがいも、砂糖、マヨドレ、片栗粉、ごま油	豚小間、調整豆乳、木綿豆腐、みそ	かぼちゃ、ほうれんそう、ピーマン、にんじん、たまねぎ、きゅうり	麦茶、かつお・昆布だし汁、ベーキングパウダー、酒、しょうゆ、酢、食塩、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 マドレーヌ
2日(木)	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き 三色おひたし みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) オレンジ	米、じゃがいも、米粉、コーンフレーク、マヨドレ、油	鶏もも肉(皮なし)、豚小間、みそ、かつお節	ほうれんそう、キャベツ、だいこん、オレンジ、たまねぎ、にんじん、あおのり	麦茶、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、中濃ソース、食塩、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 お好み焼き
3日(金)	ちらし寿司 魚のタルタルソース焼き ブロッコリーサラダ すまし汁(わかめ) デザート	米、米粉、油、マヨドレ、砂糖、白ごま	さけ、鶏ひき肉、善哉調整豆乳	ブロッコリー、にんじん、コーン、いちごジャム、たまねぎ、さやえんどう、ほうれんそう、カットわかめ、刻みのり	麦茶、かつお・昆布だし汁、デザート、酢、しょうゆ、ベーキングパウダー、食塩、パセリ粉、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 2色のカップケーキ
4日(土) 18日(土)	ごはん 鶏肉の味噌炒め 豆腐のおかか和え すまし汁(きゃべつ・にんじん) グレープゼリー	米、グレープゼリー、50g(冷凍)、米粉、油、砂糖、上新粉	豚小間、木綿豆腐、調整豆乳、ウインナー、みそ、かつお節	チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、コーン	麦茶、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、ベーキングパウダー、食塩	飲み物 せんべい 麦茶 コーンホットケーキ
6日(月) 20日(月)	ケチャップライス 大根サラダ コンソメスープ オレンジ	米、マヨドレ、油	豚ひき肉、大豆水煮、しらす干し	たまねぎ、だいこん、にんじん、オレンジ、キャベツ、コーン、ピーマン、カットわかめ	麦茶、ケチャップ、食塩、酒、しょうゆ、コンソメ(ブイヨン)、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 豆ごはん
7日(火)	焼肉丼 沢煮椀 マスカットゼリー	米、あわせゼリー(マスカット)、米粉、砂糖、上新粉、ごま油、白ごま	豚小間、調整豆乳、木綿豆腐、きな粉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、はくさい、だいこん	麦茶、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、ベーキングパウダー、酒、しょうが、食塩	飲み物 せんべい 麦茶 きな粉風パン
8日(水) 22日(水)	ごはん ココク風おやき キャベツの胡麻和え みそ汁(油揚げ・わかめ) りんご	米、マッシュポテトフレーク、油、白ごま、砂糖	豚ひき肉、豚小間、みそ、油揚げ	りんご、キャベツ、にんじん、たまねぎ、いんげん、カットわかめ	麦茶、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 豚こまおにぎり
9日(木) 23日(木)	ごはん 鶏じゃがグラタン 切干大根のさっぱり和え コンソメスープ デザート	米、じゃがいも、マヨドレ、砂糖、油、白ごま	鶏むね肉(皮なし)、調整豆乳、ツナ油漬缶	たまねぎ、キャベツ、みかん缶、にんじん、パイン缶、コーン、切り干しだいこん、かんてん(糖)	麦茶、しょうゆ、酢、コンソメ(ブイヨン)、食塩、パセリ粉、カレー粉、デザート、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 フルーツ寒天
10日(金) 24日(金)	ごはん メカジキの酢豚風 さつまいもの黄金煮 みそ汁(白菜・油揚げ) オレンジ	米、さつまいも、米粉、砂糖、油、片栗粉	かじき、絹ごし豆腐、みそ、油揚げ	たまねぎ、オレンジ、はくさい、にんじん、ピーマン	麦茶、かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しょうゆ、酢、ベーキングパウダー、酒、しょうが、食塩、コンソメ(ブイヨン)	飲み物 せんべい 麦茶 豆腐ドーナツ
11日(土) 25日(土)	チャーハン ポテトサラダ 春雨スープ アップルゼリー	米、アップルゼリー、じゃがいも、マヨドレ、油、はるさめ	豚ひき肉	にんじん、たまねぎ、いんげん、ほうれんそう、ねぎ、コーン	麦茶、しょうゆ、ゆかり、食塩、コンソメ(ブイヨン)、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 ゆかりおにぎり
13日(月) 27日(月)	高野豆腐のそぼろ丼 筑前煮 みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) ピーチゼリー	米、あわせゼリー(ピーチ)、米粉、油、糸こんにゃく、砂糖、片栗粉	豚ひき肉、鶏もも肉(皮なし)、ちくわ、調整豆乳、高野豆腐、みそ	にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、れんこん、ごぼう、いんげん	かつお・昆布だし汁、麦茶、しょうゆ、みりん、ベーキングパウダー、食塩	飲み物 せんべい 麦茶 米粉クッキー
14日(火) 28日(火)	ごはん 厚揚げのうま煮 チンゲン菜のツナサラダ みそ汁(わかめ) りんご	じゃがいも、米、油、砂糖、白ごま、片栗粉、ごま油	厚揚げ、豚小間、ツナ油漬缶、みそ	りんご、チンゲンサイ、にんじん、はくさい、カットわかめ	麦茶、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、おろしにんにく、食塩	飲み物 せんべい 麦茶 フライドポテト
15日(水)	ごはん 魚のタルタルソース焼き ひじきの煮物 みそ汁(キャベツ・大根) デザート	米、米粉、油、砂糖、片栗粉、マヨドレ、ごま油	さけ、調整豆乳、みそ、油揚げ	だいこん、にんじん、キャベツ、たまねぎ、いんげん、ひじき	かつお・昆布だし汁、麦茶、しょうゆ、ベーキングパウダー、食塩、パセリ粉、デザート、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 米粉クッキー
16日(木) 30日(木)	カレーライス パンサンスー りんご	米、じゃがいも、上新粉、片栗粉、砂糖、はるさめ、油、ごま油	調整豆乳、豚小間、調整豆乳、きな粉	りんご、たまねぎ、にんじん、きゅうり	麦茶、中濃ソース、酢、ケチャップ、しょうゆ、食塩、コンソメ(ブイヨン)、カレー粉	飲み物 せんべい 麦茶 豆乳もち
17日(金)	ごはん 煮込み大豆ハンバーグ しょうゆフレンチ 豆乳コーンスープ デザート	米、片栗粉、油、白ごま	調整豆乳、豚ひき肉、大豆水煮、調整豆乳、油揚げ	キャベツ、たまねぎ、クリームコーン缶、にんじん、しめじ、きゅうり、グリーンピース	麦茶、しょうゆ、酢、中濃ソース、ケチャップ、みりん、食塩、コンソメ(ブイヨン)、こしょう、デザート	飲み物 せんべい 麦茶 炊き込みごはん
29日(水)	ごはん デンジャオロース かぼちゃのサラダ みそ汁(ほうれんそう・豆腐) デザート	米、米粉、じゃがいも、マヨドレ、油、片栗粉、砂糖、ごま油	豚小間、木綿豆腐、みそ、かつお節	かぼちゃ、キャベツ、ほうれんそう、ピーマン、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、あおのり	麦茶、かつお・昆布だし汁、中濃ソース、酒、しょうゆ、酢、食塩、デザート、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 お好み焼き
31日(金)	ごはん 煮込み大豆ハンバーグ しょうゆフレンチ 豆乳コーンスープ オレンジ	米、片栗粉、油、白ごま	調整豆乳、豚ひき肉、大豆水煮、調整豆乳、油揚げ	キャベツ、たまねぎ、クリームコーン缶、オレンジ、にんじん、しめじ、きゅうり、グリーンピース	麦茶、しょうゆ、酢、中濃ソース、ケチャップ、みりん、食塩、コンソメ(ブイヨン)、こしょう	飲み物 せんべい 麦茶 炊き込みごはん
誕生日会	手まり寿司屋 松風焼 ゆかり和え すまし汁 デザート	米、小麦粉、砂糖、油、片栗粉、白ごま	牛乳、鶏ひき肉、牛乳、木綿豆腐、ヨーグルト、油揚げ、生クリーム、みそ	キャベツ、みかん缶、だいこん、こまつな、にんじん、れんこん、コーン、いんげん、ひじき、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ、ベーキングパウダー、酒、みりん、食塩、ゆかり、デザート	飲み物 お菓子 お誕生会ケーキ 牛乳

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅でご試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。

※都合により献立・食材を変更することがあります。