



3月こんだて



熱量 427kcal タンパク質 17.5g (あひる)

吉祥院こども園

献立	材 料	お や つ	献立	材 料	お や つ
13 からあげ ・ 27 野菜の塩昆布和え	米 鶏もも肉 醤油 酒 卵 片栗粉 小麦粉 油 白菜 人参 胡瓜 竹輪 塩昆布	シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖	6 ・ 20	ごはん 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 胡瓜 砂糖 醤油 酢	オレンジゼリー オレンジ果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 みかん缶
(月) 味噌汁	豆腐 なめこ 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月) 澄まし汁	キャベツ 油揚げ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳
14 ・ 28	ミートスパゲティ スパゲッティ 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 ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー シーチキン 人参 玉葱 醤油	ヨーグルト ビスケット	7	ごはん 煮魚 白菜と豚肉の煮物	バナナ春巻き バナナ 春巻きの皮 油
(火) コーンスープ	玉葱 ベーコン 豆苗 クリームコーン缶 コンソメ	牛乳	(火) 味噌汁	薩摩芋 さつま揚げ わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
1 ・ 29	カレーライス 米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ コンソメ 油 小麦粉 ごぼうサラダ ごぼう 人参 きゃべつ 蓮根 ハム 胡瓜 マヨネーズ	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖	22	ごはん 根野菜の煮物 苺	ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 ベーキングパウダー マーガリン 牛乳
(水) 味噌汁	白菜 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水) 味噌汁	豆腐 人参 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳
2 ・ 16 ・ 30	ごはん 高野豆腐の煮物 高野豆腐 人参 三度豆 舞茸 こんにゃく 玉葱 油揚げ 砂糖 醤油 ゆで卵 卵	スイートポテト 薩摩芋 豆乳 卵 砂糖	9 ・ 23	バターロール クリームシチュー マカロニサラダ	(9日)炊き込みおにぎり 米 鮭 人参 ごぼう 酒 みりん 醤油 (23日)きな粉おにぎり 牛乳
(木) 味噌汁	白菜 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木) 味噌汁	豆腐 人参 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳
17 ・ 31	ごはん 赤魚のムニエル 赤魚 小麦粉 マーガリン 大根の金平風 大根 人参 こんにゃく さつま揚げ 黒胡麻 油 砂糖 醤油	米粉と豆腐のブラウニー 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 油 砂糖 豆腐 牛乳	10 ・ 24	ごはん ハンバーグ 野菜ソテー	(10日)ジャムサンド 食パン 苺ジャム (24日)メロンパン
(金) 味噌汁	ソーメン 法蓮草 しめじ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(金) 味噌汁	麩 もやし わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
4 ・ 18	きつねうどん うどん 油揚げ 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 ポテトサラダ じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ	ぶどうパン	11	焼きうどん 味噌汁	うどん 豚肉 油 きゃべつ 人参 もやし ピーマン 醤油 青のり 鰹節 スナックスティックパン
(土) 味噌汁	白菜 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(土) 味噌汁	じゃが芋 人参 法蓮草 大根 昆布 鰹節 味噌	牛乳
備 考	3日(金)ひな祭り * 洋風散らし寿司 米 シーチキン缶 スナックえんどう かまぼこ 人参 胡瓜 卵 酢 砂糖 塩 昆布 刻みのり 桜でんぶ * 赤魚の照り焼き 赤魚 みりん 醤油 酒 * 大根の金平風 大根 人参 こんにゃく さつま揚げ 黒胡麻 油 砂糖 醤油 手毬麩 しめじ わかめ 昆布 薄口醤油 (おやつ) * 三色ゼリー * ウエハース * 牛乳	(8日)お弁当保育 * お楽しみクッキー 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン ココア * 牛乳	15日(水)お誕生日会 * カレーライス * ごぼうサラダ (おやつ) * フルーツ盛り合わせ りんご 苺 バナナ * ライスクッキー * 牛乳	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ コンソメ 小麦粉 油 ごぼう 人参 きゃべつ 蓮根 ハム 胡瓜 マヨネーズ	23日(水)おやつ * きな粉おにぎり 米 きな粉 砂糖

*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。
*☆マークは、新メニューです。

*保育園では、あひるぐみは、あんこが甘すぎるので抜いています。