

# 献立予定表



愛信保育園

2017年03月

日曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
			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 水	カレーライス サラダ	牛乳 手作りスイートポテト	米、じゃがいも、マヨネーズ(卵なし)、三温糖、はるさめ、ごま油、さつまいも、砂糖	牛乳、豚肉、ツナ水煮缶、ウインナー、脱脂粉乳、バター	たまねぎ、にんじん、キャベツ、レタス、トマト、ブロッコリー、コーン缶
2 木	ごはん でこぼん コロケ ひじきマリネ 味噌汁	ポタージュ クラッカー	米、さつまいも、三温糖、ごま油、油	豆みそ、ウインナー、脱脂粉乳、油揚げ	でこぼん、クリームコーン缶、だいこん、きゅうり、コーン缶、なめこ、にんじん、白ねぎ、ひじき
3 金	ごはん チャップチェ ちりめんニラ炒め ポルンチ	牛乳 手作りレアチーズケーキ	米、じゃがいも、砂糖、はるさめ、ごま油	牛乳、鶏肉、ヨーグルト(無糖)、クリームチーズ、豚ひき肉、無塩バター、しらす干し、脱脂粉乳、ごま、ゼラチン	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、にら、ピーマン、ごぼう、キャベツ、いんげん、ねぎ、レモン果汁、干しいたけ
4 土	<全員給食> ほうれん草ライス いちご 白菜スープ	牛乳 おかし	米、はるさめ	牛乳、鶏肉、ウインナー	いちご、ほうれん草、たまねぎ、はくさい、もやし、コーン缶、にんじん、マッシュルーム、ねぎ
5 日	お花見の季節です				
6 月	ハヤシライス サラダ	牛乳 ぶたまん	米、じゃがいも、マヨネーズ(卵なし)、三温糖、ごま油	牛乳、牛肉、ツナ水煮缶	たまねぎ、にんじん、きゅうり、レタス、トマト、キャベツ、コーン缶、いんげん
7 火	お別れ会 中華サラダ 豚汁 いちご	手作りヨーグルト おかし	米、さといも、から揚げ粉、こんにゃく、三温糖、はるさめ、ごま油、片栗粉、なたね油	ヨーグルト(加糖)、鶏肉、豚肉、豆みそ、木綿豆腐、ウインナー	いちご、にんじん、だいこん、ごぼう、ブロッコリー、ねぎ、ひじき
8 水	きつねご飯 トックスープ	牛乳 こさりのクッキークリームパン	もち、米、パン、三温糖、ごま油	牛乳、鶏肉、卵、油揚げ、ごま	にんじん、焼きのり、ねぎ、干しいたけ
9 木	ごはん でこぼん 五目豆 パンサンデー サーモンクリームシチュー	牛乳 手作りマヨチーズトースト	米、じゃがいも、食パン、マヨネーズ(卵なし)、こんにゃく、はるさめ、三温糖、ごま油、油	牛乳、だいた、さけ、豚ひき肉、粉チーズ、ウインナー、ちくわ、脱脂粉乳、ごま	でこぼん、たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、コーン缶、ピーマン、なばな、マッシュルーム、ごぼう、あおのり
10 金	ごはん チヂミ ちりめん酢の物 コンソメスープ	牛乳 ミニカップゼリー・おかし	米、小麦粉、上新粉、はるさめ、ごま油	牛乳、絹ごし豆腐、卵、むきえび、しらす干し	みかん缶、きゅうり、にら、はくさい、もやし、にんじん、ねぎ、カットわかめ
11 土	<乳児のみ給食、幼児はお弁当> ウインナーチャーハン 中華風卵スープ	牛乳 おかし	米、ごま油	牛乳、卵、ウインナー	でこぼん、にんじん、白ねぎ、にら、ピーマン
12 日	お花見の季節です				
13 月	ごはん ひじきの五目煮 いり卵 カレーチャウダー	牛乳 あげぼん	米、パン、じゃがいも、こんにゃく、油、ごま油	牛乳、卵、ツナ油漬缶、豚ひき肉、ちくわ、チーズ、脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン缶、ひじき、パセリ
14 火	おたんじょう会 ピピンパ わかめスープ	牛乳 フライドポテト	米、フライドポテト、油、ごま油	牛乳、牛ひき肉、ごま、豚ひき肉	もやし、ほうれん草、いちご、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
15 水	ごはん マカロニグラタン ちりめんピーマン炒め さつまいも汁	手作りヨーグルト おかし	米、じゃがいも、さつまいも、マカロニ、板こんにゃく、ごま油	ヨーグルト(加糖)、豚肉、ウインナー、チーズ、焼き豆腐、豆みそ、しらす干し、脱脂粉乳、ごま	たまねぎ、にんじん、ピーマン、いんげん、ごぼう、ねぎ
16 木	ごはん 八宝菜 しゅうまい けんちん汁	牛乳 こさりのクリームパン	米、パン、さといも、片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚肉、鶏肉、油揚げ	でこぼん、だいこん、はくさい、にんじん、もやし、ごぼう、たまねぎ、ピーマン、ねぎ、干しいたけ

日曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
			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
17 金	からあげカレー サラダ	牛乳 お別れロールカステラ	米、じゃがいも、なたね油、から揚げ粉、三温糖、片栗粉、ごま油	牛乳、鶏肉、ホイップクリーム、豚肉、ツナ水煮缶、ウインナー	たまねぎ、にんじん、いちご、レタス、キャベツ、トマト、きゅうり、コーン缶
18 土	祝 第38回 とつえんしき				
19 日	お花見の季節です				
20 月	祭日休園です				
21 火	ごはん 魚フライ 挽肉サラダ コンソメスープ	牛乳 チーズ蒸しパン	米、油、マヨネーズ(卵なし)、三温糖、ごま油	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、ごま	でこぼん、もやし、はくさい、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ごぼう
22 水	ごはん だいこんと鶏肉の煮物 青菜とれんこんのごまあえ 中華スープ	牛乳 手作り豆腐団子	米、白玉粉、じゃがいも、こんにゃく、砂糖	牛乳、鶏肉、絹ごし豆腐、ツナ水煮缶、豚肉、きな粉、ごま	だいこん、こまつな、にんじん、キャベツ、ゆでたけのこ、れんこん、ねぎ、いんげん、干しいたけ
23 木	ごはん ポークビーンズ たきぎ和え 味噌汁	牛乳 こさりの黒糖スティックパン	米、パン、じゃがいも、焼ふ、ごま油	牛乳、豚肉、だいた、豆みそ、ちくわ、油揚げ、ごま	でこぼん、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、なめこ、いんげん、白ねぎ、ひじき
24 金	ごはん 焼ビーフン ししゃものから揚げ のっぺい汁	牛乳 手作りブレッドプディング	米、さといも、片栗粉、油、食パン、ぶどうパン、ピーマン、板こんにゃく、グラニュー糖	牛乳、ししゃも、卵、豚肉、鶏肉、脱脂粉乳、油揚げ	にんじん、たまねぎ、ごぼう、白ねぎ、いんげん、干しいたけ
25 土	<乳児のみ給食、幼児はお弁当> ミートスパゲッティ いちご	牛乳 おかし	スパゲッティ	牛乳、豚ひき肉	たまねぎ、いちご、ホールトマト缶詰、にんじん、ピーマン
26 日	お花見の季節です				
27 月	ごはん 焼魚 ポテトサラダ スタミナスープ	牛乳 こさりのチーズスティックパン	米、じゃがいも、パン、マヨネーズ(卵なし)、こんにゃく	牛乳、さわら、牛肉、焼き豆腐、ウインナー	にんじん、たまねぎ、だいこん、きゅうり、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
28 火	ごはん 千草卵焼き ひじきとれんこんのきんぴら 味噌汁	牛乳 手作りイチゴジャム蒸しパン	米、ホットケーキ粉、さつまいも、油、ごま油	牛乳、卵、鶏ひき肉、豆みそ、油揚げ、ごま	でこぼん、たまねぎ、いちご、ジャム、ピーマン、れんこん、ねぎ、にんじん、白ねぎ、ひじき、干しいたけ
29 水	ごはん 肉じゃが じゃこスパゲッティ コンソメスープ	牛乳 ドーナツ	米、じゃがいも、スパゲッティ、こんにゃく、油	牛乳、絹ごし豆腐、ウインナー、しらす干し、ごま	たまねぎ、キャベツ、にんじん、もやし、コーン缶、ピーマン、いんげん、ねぎ
30 木	休園です				
31 金	お花見の季節です				

※食材は記載と変更になる場合があります。  
 ※玄関の給食サンプルのところに、食に関するご意見ノートをおいています。  
 ※何でもお気軽に声をおかけください。

