

令和6年度

3月献立表

勸修保育園

日	曜	献立	材料				おやつ	材料
			熱や力になる食品	肉や血になる食品	体の調子を整える食品	調味料		
10	月	グラタン ゆかりあえ	バター・マカロニ・小麦粉・パン粉	鶏肉・豆乳・チーズ	玉ねぎ・しめじ・パセリ 白菜・ブロッコリー	塩・コンソメ ゆかり	10 焼き芋 24 バナナケーキ 牛乳	さつまいも ホットケーキミックス・豆乳・油・砂糖・バナナ・レモン汁
11	火	焼肉風 中華きゅうり/金時豆煮 かぼちゃとねぎの味噌汁	油・ごま ごま油	豚肉・牛肉 金時豆	しょうが・玉ねぎ・人参・きゃべつ きゅうり かぼちゃ・ねぎ・もやし	砂糖・しょうゆ・味噌 砂糖・しょうゆ・酢・塩 だし汁・味噌	ココアプリン 牛乳	豆乳・ゼラチン・砂糖・ココア・生クリーム
12	水	鮭のコーンマヨ焼き ひじきのいため煮 豆腐とえのきの味噌汁	コーン 油 じゃが芋	鮭 ひじき・大豆・油揚げ 豆腐	人参・三度豆 えのき	マヨドレ・しょうゆ だし汁・砂糖・しょうゆ・みりん・酒 だし汁・味噌	12ボンテドーナツ 26ミルククリームサンド 牛乳	ホットケーキミックス・白玉粉・豆腐・油・きな粉・砂糖 食パン・牛乳・砂糖・小麦粉・バター
13	木	ハヤシライス 切干大根サラダ	米・小麦粉・油・じゃが芋 コーン	豚肉 ハム	玉ねぎ・人参・しめじ・グリーンピース・トマト缶 切干大根・人参・きゅうり	砂糖・ケチャップ・コンソメ・ハヤシルウ マヨドレ・砂糖・しょうゆ・酢	玄米フレーク スナック 牛乳	玄米フレーク・油・マシュマロ
28	金	鶏のからあげ 納豆あえ 白菜と厚揚げのすまし汁	片栗粉・小麦粉・油	鶏肉 納豆 厚揚げ	しょうが・にんにく ほうれん草・人参 白菜・えのき	しょうゆ・酒 砂糖・しょうゆ だし汁・しょうゆ・酒・塩	わかめおにぎり 牛乳	米・わかめご飯の素・ごま
1	土	ビビンバ丼 中華スープ	米・油・ごま・ごま油 じゃが芋	鶏ミンチ 豆腐・わかめ	にんにく・玉ねぎ・人参・小松菜・もやし	砂糖・しょうゆ・味噌 中華だし・塩・酢 中華だし	お菓子 牛乳	
乳を含む食材				エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄
コンソメ カレールウ・食パン			乳児	443kcal	15.8g	12.6g	167mg	1.8mg
			幼児	554kcal	21.1g	15.7g	221mg	2.1mg

\*3日(月) ひなまつりメニュー

・鮭ちらし寿司・鶏のごま味噌焼き・菜の花おほかあえ・花魁のすまし汁 <おやつ> 三色ゼリー(ゼラチン・牛乳・抹茶・イチゴジャム・カルピス・砂糖)・お菓子・牛乳  
(米・鮭・コーン・きゅうり・砂糖・酢・塩・鶏・味噌・しょうゆ・ごま/菜の花・ほうれん草・人参・砂糖・しょうゆ・かつおぶし/麩・三つ葉・えのき・だし汁・しょうゆ・酒・塩)

勸修保育園

日	曜	献立	材料				おやつ	材料
			熱や力になる食品	肉や血になる食品	体の調子を整える食品	調味料		
17 ・ 31	月	鶏肉の塩焼き 切干大根煮 豆腐と小松菜のすまし汁	油	鶏肉 油揚げ 豆腐	切干大根・人参・三度豆 小松菜・しめじ	塩 だし汁・砂糖・しょうゆ だし汁・塩・酒・しょうゆ	17 メロンパン 31 あげパン 牛乳	強力粉・イースト・塩・砂糖・バター・小麦粉・抹茶・牛乳・グラニュー糖 ロールパン・油・きな粉・砂糖
4 ・ 18	火	チーズハンバーグ ポテトサラダ コーンスープ	油 じゃが芋 油・コーン・片栗粉・コーンクリーム缶	合い挽きミンチ・チーズ・パン粉・豆腐・牛乳 ハム	玉ねぎ きゅうり・人参 玉ねぎ・パセリ	塩・ソース・ケチャップ 塩・マヨドレ 牛乳・塩・コンソメ	4 がんばってねクッキー (生活発表会バージョン) 18 果物・お菓子 牛乳	小麦粉・ココア・砂糖・牛乳・バター
5 ・ 19	水	魚の煮つけ ごまあえ 赤だし	ごま	さわら  豆腐・わかめ	しょうが ほうれん草・えのき・人参 なめこ	だし汁・砂糖・しょうゆ 砂糖・しょうゆ だし汁・味噌・赤味噌	5 肉まん 19 おはぎ 牛乳	小麦粉・砂糖・片栗粉・ベーキングパウダー・油・玉ねぎ・豚ミンチ・しめじ・しょうゆ・酒・ごま油 もち米・砂糖・きな粉・小豆・塩
6	木	カレーライス ごぼうサラダ	米・じゃが芋・油・小麦粉	豚肉 ツナ缶	玉ねぎ・人参・しめじ・にんにく・しょうが・トマト缶 ごぼう・きゅうり・人参	ケチャップ・ソース・コンソメ・カレールウ 砂糖・酢・しょうゆ・マヨドレ	抹茶いろいろ (ひよこ・うさぎ組) 煮しパン 牛乳	小麦粉・豆乳・砂糖・抹茶
7 ・ 21	金	鶏肉のマーマレード煮 小松菜のナムル 石狩鍋	油・片栗粉 ごま油 さつま芋	鶏肉 ハム 鮭	にんにく・玉ねぎ 小松菜・切干大根・人参 しめじ・ねぎ・白菜	マーマレード・しょうゆ・酒 砂糖・しょうゆ だし汁・味噌	7 カスタードパイ 21 ホットケーキ 牛乳	パイ生地・砂糖 コーンスターチ・牛乳 ホットケーキMIX・豆腐 バター・牛乳・はちみつ
8 ・ 22	土	ミートスパゲティ コンソメスープ	油・小麦粉・スパゲティ コーン	合い挽きミンチ	人参・玉ねぎ きゃべつ・人参	ケチャップ・ソース・砂糖・塩 コンソメ	お菓子  牛乳	
14	金	♪おたのしみメニュー♪ アジア風たきごみご飯 鶏のカレーからあげ フロッキーのあえもの 大根としめじのすまし汁	米・ごま油 油・片栗粉・小麦粉 ごま	ツナ缶 鶏肉 かつおぶし わかめ	玉ねぎ・人参・パセリ・しょうが・にんにく ブロッコリー・きゃべつ・人参 大根・しめじ	中華だし・塩 しょうゆ・カレー粉・酒 しょうゆ・砂糖 だし汁・しょうゆ・酒・塩	ピザトースト  牛乳	食パン・コーン・玉ねぎ・ピーマン・ハム・ケチャップ・チーズ

※園で使用するハム・ベーコン・ウインナー・ちくわに卵・乳は含みません。  
※園で使用するマヨネーズに卵は含みません。マヨドレと表記しています。