



## 【新しく取り入れる旬の食材】

今月はありません



●使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください

●申し出がない場合は、献立通りの提供になります

※納品の関係により、変更することがあります。マヨネーズはアレルギー不使用のものを使用します。

乳児は朝のおやつに  
牛乳がでます

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	土	ごはん 焼肉 小松菜のおかか和え 味噌汁(大根・大根葉) みかん缶	わかめごはん 牛乳	米、油 ごま油、片栗粉 さとう	豚こま肉、花鰹 みそ 牛乳	ピーマン、たまねぎ こまつな、にんじん だいこん、だいこん葉 わかめ、しょうが、にんにく みかん缶	しょう油、みりん 出汁、塩
2	日						
3	月	ちらし寿司 鶏肉のごま照り焼き 小松菜の和え物 清まし汁(麩・わかめ) ももゼリー・りんご	三色蒸しケーキ ひなあられ 牛乳	米、さとう 小麦粉、ホットケーキミックス 油、ごま、麩 いちごジャム ひなあられ	鶏もも肉 油揚げ 豆乳、豆乳クリーム 牛乳	にんじん、れんこん のり、こまつな、コーン わかめ、ほうれん草 ももジュース、いちご、イチゴパウダー りんご	酢、塩、しょう油 みりん、出汁 アガー
4	火	ごはん ミートボール(ケチャップ味) ツナピーマン炒め コンソメスープ(きゃべつ・たまねぎ) りんご	海苔芋もち 牛乳	米、さとう、油 片栗粉 じゃが芋	豚ひき肉 高野豆腐 ツナフレーク 豆乳 牛乳	たまねぎ、もやし ピーマン、きゃべつ のり りんご	ケチャップ、ソース 料理酒、しょう油 コンソメ 塩
5	水	豚丼 切干大根のサラダ 中華スープ(白菜・こまつな) りんご	ココアプリン 牛乳	米、さとう ごま、ごま油	豚こま肉 鶏ささみ 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん 切干大根、きゅうり 白菜、こまつな しめじ りんご	しょう油、みりん 料理酒、酢 中華だし、出汁 塩 ココア、アガー
6	木	ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼き ひじきの煮物 味噌汁(豆腐・豆苗) 甘夏缶	塩昆布とツナのおにぎり 牛乳	米 油、さとう ごま	鶏もも肉 油揚げ 豆腐、みそ 牛乳 ツナフレーク	にんにく、しょうが ひじき、にんじん 豆苗 昆布 甘夏缶	塩、ケチャップ、ソース みりん、出汁、しょう油
7	金	野菜うどん 煮魚 大豆サラダ りんご	鶏おこわ 牛乳	うどん さとう エッグケアマヨネーズ、ごま 米、もち米	油揚げ ムキカレイ 水煮大豆、ツナフレーク 牛乳 鶏もも肉	にんじん、こまつな、大根 白ねぎ キャベツ しめじ、ごぼう りんご	しょう油、みりん、出汁 料理酒、塩
8	土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 スパゲティサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ) 甘夏缶	スコーン(豆乳ココアクリーム) 牛乳	米 さとう スパゲティ エッグケアマヨネーズ 小麦粉、油、米粉	鶏もも肉、厚揚げ 豆腐、みそ 牛乳 豆乳	たまねぎ、ピーマン きゅうり、にんじん 白ねぎ 甘夏缶	料理酒、しょう油 塩 出汁 ベーキングパウダー ココア
9	日						
10	月	ポークカレーライス 切干大根のマヨ和え りんご	炊き込みご飯 牛乳	米、じゃがいも、油 エッグケアマヨネーズ ごま	豚こま肉 油揚げ 牛乳	にんじん、たまねぎ 切干大根、きゅうり しめじ りんご	カレールウ しょう油 みりん、料理酒
11	火	ごはん 赤魚の味噌焼き こまつなと油揚げの煮浸し 清まし汁(豆腐・わかめ) りんご	みそカレー豆乳ラーメン 牛乳	米 さとう 焼きそば麺 油	赤魚、みそ 油揚げ 豆腐 豚ひき肉、豆乳 牛乳	こまつな、にんじん、えのき わかめ もやし、ねぎ、コーン りんご	みりん、しょう油 出汁、塩 鶏ガラだし カレー粉、料理酒
12	水	ミートスパゲティー 野菜スティック 豆乳スープ(白菜・たまねぎ) みかん缶	グレープゼリー ライスクッキー 牛乳	スパゲティー さとう エッグケアマヨネーズ	豚ひき肉 豆乳 牛乳	たまねぎ・にんじん きゅうり、はくさい ぶどうジュース みかん缶	トマトピューレ ケチャップ、ソース コンソメ、塩 アガー ライスクッキー
13	木	ごはん 豚肉と厚揚げの甘辛炒め きゃべつのツナマヨサラダ 味噌汁(こまつな・高野豆腐) りんご	きな粉ポーロ 牛乳	米 油、さとう、片栗粉 エッグケアマヨネーズ ごま 小麦粉	厚揚げ、豚こま肉 ツナフレーク 高野豆腐、みそ きな粉、豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン キャベツ、わかめ こまつな りんご	しょう油、中華だし 出汁 ベーキングパウダー
14	金	ごはん 鶏肉の磯辺焼き 五目煮豆 味噌汁(豆苗・もやし) みかん缶	カトウレット(スリランカ) 牛乳	米 油、片栗粉 さとう じゃがいも、小麦粉 パン粉	鶏もも肉 水煮大豆、油揚げ みそ ツナフレーク 牛乳	のり ひじき、にんじん、ごぼう もやし、豆苗 たまねぎ、にんにく、しょうが みかん缶	塩 出汁、しょう油 カレー粉

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	
15	土	ごはん 豚だいかん マカロニサラダ 味噌汁(きゃべつ・たまねぎ) みかん缶	アップルキャラットゼリー おせんべい 牛乳	米 さとう マカロニ エッグケアマヨネーズ せんべい	豚こま肉 みそ 牛乳	大根、にんじん きゅうり、しょうが キャベツ、たまねぎ りんごジュース みかん缶	出汁、しょう油 みりん 塩 アガー
16	日						
17	月	ごはん ハンバーグ 大豆入りコールスロー 豆乳スープ(コーン・にんじん) りんご	ひじきごはん 牛乳	米 パン粉、さとう エッグケアマヨネーズ	豚ひき肉、鶏ひき肉 高野豆腐、豆乳 水煮大豆 油揚げ 牛乳	たまねぎ キャベツ、きゅうり にんじん ひじき、コーン りんご	ケチャップ、ソース 塩 コンソメ しょう油
18	火	ごはん・手作りふりかけ チキンカツ もやしの三杯酢 味噌汁(なめこ・豆腐) 甘夏缶	ココアバナナケーキ 牛乳	米 ごま、小麦粉 パン粉、油、さとう ホットケーキミックス	花鰹 鶏むね肉 豆腐、みそ 豆乳 牛乳	のり もやし、わかめ、にんじん なめこ バナナ 甘夏缶	しょう油 塩、ソース 酢 出汁 ココア
19	水	あんかけうどん タラのカレー風味パン粉焼き ポテトサラダ りんご	ぼたもち 牛乳	うどん、片栗粉 エッグケアマヨネーズ パン粉、じゃがいも もち米、米 さとう	豚こま肉 油揚げ たら あずき、きな粉 牛乳	にんじん、たまねぎ はくさい、こまつな きゅうり りんご	出汁、しょう油 塩、カレー粉
20	木	<b>春分の日</b>					
21	金	ごはん マーボ豆腐 スパゲティサラダ そうめん汁(わかめ・ねぎ) フルーツ盛合せ(いちご・りんご)	フライドポテト ももゼリー 牛乳	米 ごま油、さとう、片栗粉 スパゲティ エッグケアマヨネーズ そうめん、じゃがいも、油	豆腐、豚ひき肉 みそ ツナフレーク 牛乳	にんじん、たまねぎ きゅうり、キャベツ わかめ ねぎ、のり いちご、りんご、ももジュース	しょう油 塩 出汁 アガー
22	土	ごはん 豚肉の中華煮 大根とわかめの酢の物 味噌汁(油揚げ・大根葉) みかん缶	ホットケーキ 牛乳	米 片栗粉、油、さとう ホットケーキミックス メープルシロップ	豚こま肉 油あげ みそ 豆乳 牛乳	こまつな、にんじん、たまねぎ 大根、わかめ 大根葉 みかん缶	料理酒、しょう油 中華だし 酢 出汁
23	日						
24	月	ごはん 豆腐のミートグラタン もやしと胡瓜のおかかマヨ和え 豆乳スープ(キャベツ・コーン) みかん缶	大豆の甘みそ焼きおにぎり 牛乳	米 油、小麦粉、パン粉 エッグケアマヨネーズ さとう	豆腐、豚ひき肉 花鰹 豆乳 水煮大豆、みそ 牛乳	たまねぎ、もやし、きゅうり にんじん、キャベツ コーン みかん缶	コンソメ、ケチャップ しょう油 塩 みりん
25	火	ハヤシライス ひじきサラダ りんご	さつま芋ボール 牛乳	米 油、さとう、ごま さつまいも、片栗粉	豚こま肉 牛乳	たまねぎ、にんじん、しめじ ひじき、大根、きゅうり りんご	料理酒、しょう油 ハヤシルウ ケチャップ、コンソメ 酢
26	水	ごはん 鯖の塩焼き 小松菜の海苔和え 清まし汁(高野豆腐・ねぎ) りんご	じゃがちゃん 牛乳	米 じゃがいも ホットケーキミックス さとう、油	さば 高野豆腐 牛乳	こまつな、はくさい、しめじ のり、ねぎ りんご	塩 しょう油 出汁 コンソメ
27	木	ごはん 照り焼きつくね 白菜のごま和え 豆乳スープ(さつま芋・たまねぎ) りんご	ケチャップライス 牛乳	米、さとう 片栗粉、油 さつま芋、ごま	鶏ひき肉 豆腐 豆乳 牛乳	たまねぎ、にんじん はくさい りんご	しょう油、みりん コンソメ、塩 ケチャップ
28	金	ごはん レバーの香り揚げ 切干大根の煮物 味噌汁(こまつな・麩) 甘夏缶	お麩の黒糖ラスク 牛乳	米 ごま油、片栗粉、油 さとう 麩 黒砂糖	豚レバー 高野豆腐 油揚げ みそ 牛乳	ピーマン、しょうが 切干大根、にんじん こまつな 甘夏缶	料理酒、しょう油 みりん、出汁
29	土	ごはん いり豆腐 じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干大根・厚揚げ) 甘夏缶	ココア蒸しパン 牛乳	米 油、さとう じゃがいも ホットケーキミックス	豆腐、豚ひき肉 厚揚げ、みそ 豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ こまつな のり 切干大根 甘夏みかん	しょう油、塩 出汁 ベーキングパウダー ココア
30	日						
31	月	ごはん ヤンニョムチキン 三色お浸し 味噌汁(白菜・厚揚げ) りんご	クッキー 牛乳	米 片栗粉、油 さとう、ごま 小麦粉 イチゴジャム	鶏もも肉 花鰹 厚揚げ、みそ 牛乳	にんにく こまつな、キャベツ にんじん、はくさい りんご	塩、料理酒 ケチャップ、しょう油 みりん 出汁

