



3月幼児食献立表



みのり乳児保育園

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 土	レタスチャーハン 大根の中華スープ くだもの	米・豚挽肉・レタス・玉葱・人参・中華だし・醤油・塩・ごま油 大根・玉葱・白菜・葱・豆腐・中華だし・酒・塩・ごま	おやつ・牛乳 栗パン・牛乳
3 月	ひなまつり誕生会 鮭と大葉のちらし寿司 鶏のねぎ焼き あずっこの味噌マヨ和え てまり麩のすまし汁 くだもの	米・酢・砂糖・塩・鮭フレーク・人参・大葉・もみのり・ごま 鶏もも肉・葱・醤油・酒・みりん あずっこ・人参・キャベツ・味噌・マヨネーズ・砂糖・かつお節 てまり麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・醤油・塩	野菜ハイハイン・牛乳 いちごのムース・牛乳 いちご・豆腐・砂糖・ゼラチン
4 火	ごはん サワラのごま焼き もやしとにらの和え物 肉じゃが くだもの	米 サワラ・ごま・黒ごま・醤油・みりん もやし・にら・人参・ハム・ごま・醤油・砂糖・ごま油 牛ばら肉・じゃが芋・玉葱・人参・白滝・焼豆腐・醤油・砂糖	干しぶどう・牛乳 紅茶サブレ・牛乳 小麦粉・豆乳バター・砂糖・紅茶葉
5 水	肉味噌スパゲティ 金時豆煮 和風サラダ くだもの	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・もやし・砂糖・みりん 醤油・味噌・片栗粉 金時豆・砂糖・醤油 胡瓜・キャベツ・人参・わかめ・醤油・砂糖・酢・油	ハイハイン・牛乳 塩昆布おにぎり・牛乳 米・塩昆布・ごま
6 木	お弁当の日		干し芋・牛乳 ピザ蒸しパン・牛乳 ホットケーキ粉・玉葱・ベーコン・ピーマン・砂糖 豆乳・豆乳バター・ケチャップ・豆乳チーズ
7 金	ごはん 牛肉と豆腐の中華炒め きんぴらごぼう なめこ汁 くだもの	米 牛ばら肉・豆腐・キャベツ・人参・ごま油・酒・生姜・にんにく 中華だし・みりん・砂糖・片栗粉 ごぼう・人参・ごま油・砂糖・醤油・酒・ごま なめこ・玉葱・白菜・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 うぐいすおはぎ・牛乳 もち米・米・きな粉・抹茶・砂糖・塩
8 土	豚丼 具だくさん汁 くだもの	米・豚ばら肉・玉葱・人参・えのき・白滝・葱・醤油・砂糖・塩・片栗粉 豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・葱・味噌	おやつ・牛乳 ぶどうゼリー・牛乳
10 月	ごはん 鶏塩回鍋肉 あらめ煮 じゃが芋の味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・キャベツ・玉葱・葱・にんにく・酒・塩・中華だし・片栗粉 あらめ・人参・油揚げ・醤油・砂糖・かつお節 じゃが芋・人参・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 食パンラスク・牛乳 食パン・豆乳バター・ココア・グラニュー糖
11 火	ごはん ポークチャップ ごぼうとコーンのサラダ わかめの味噌汁 くだもの	米 豚ロース肉・小麦粉・ケチャップ・ウスター・砂糖・みりん ごぼう・人参・胡瓜・コーン缶・醤油・砂糖・マヨネーズ・ごま わかめ・玉葱・キャベツ・えのき・葱・味噌	とろべー・牛乳 じゃがバター・牛乳 じゃが芋・豆乳バター・塩・青のり
12 水	ごはん 鶏の甘辛煮 春雨サラダ えのきの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・生姜・砂糖・醤油・みりん・酒 春雨・人参・胡瓜・酢・醤油・砂糖・ごま油・ごま えのき・玉葱・キャベツ・豆腐・葱・味噌	野菜ハイハイン・牛乳 塩焼きそば・牛乳 焼きそば麺・豚ばら肉・キャベツ・人参・もやし 中華だし・塩・にんにく
13 木	黒糖パン カレイのコーンマヨネーズ焼き ブロッコリーのソテー 和風ポトフ くだもの	黒糖パン カレイ・小麦粉・マヨネーズ・クリームコーン缶・パセリ粉・豆乳バター ブロッコリー・ベーコン・人参・油・醤油・コンソメ 鶏もも肉・玉葱・人参・じゃが芋・キャベツ・豆乳バター・中華だし・醤油	干し芋・牛乳 きつねむすび・牛乳 米・油揚げ・醤油・みりん・砂糖・葱・ごま もみのり
14 金	大きくなっただね会 ゆかりごはん 照り焼きハンバーグ スパゲティサラダ 豆腐の味噌汁 くだもの	米・ゆかり・ごま 合挽肉・玉葱・生姜・パン粉・塩・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 スパゲティ・人参・胡瓜・キャベツ・マヨネーズ・醤油 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳 ホットケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・砂糖・豆乳・豆乳バター メーブルシロップ
15 土	ちゃんぽんうどん 南瓜の煮物 くだもの	うどん・豚ばら肉・玉葱・キャベツ・にら・もやし・中華だし・ごま油 南瓜・砂糖・醤油	おやつ・牛乳 いちごジャムパン・牛乳

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
17 月	ごはん 中華風チキン 人参きんぴら キャベツの味噌汁 くだもの	米 鶏もも肉・玉葱・生姜・にんにく・醤油・みりん・酒・ごま・ごま油 人参・えのき・ごま油・砂糖・醤油・ごま キャベツ・油揚げ・玉葱・わかめ・葱・味噌	黒ごまビスケット・牛乳 バナナとレーズンのケーキ・牛乳 ホットケーキ粉・バナナ・砂糖・干しぶどう 豆乳バター・豆乳
18 火	五目ラーメン ひじきサラダ さつま芋の甘煮 くだもの	中華麺・豚ばら肉・キャベツ・玉葱・人参・もやし・竹輪・葱 中華だし・醤油・酒・生姜・にんにく ひじき・人参・胡瓜・コーン缶・醤油・酢・砂糖・酢 さつま芋・砂糖・醤油	ハイハイン・牛乳 鮭しそおにぎり・牛乳 米・鮭フレーク・大葉・ごま
19 水	ごはん サバの香り焼き 納豆和え 里芋の味噌汁 くだもの	米 サバ・醤油・酒・砂糖・みりん・にんにく・生姜・ごま 納豆・小松菜・人参・キャベツ・醤油・砂糖・もみのり・かつお節 里芋・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	干しぶどう・牛乳 お好み焼き風ポテト・牛乳 じゃが芋・豚ばら肉・キャベツ・葱・片栗粉・醤油 ケチャップ・ウスター・みりん・オイスター・青のり
20 木	春分の日		
21 金	ビーフカレー ブロッコリーのおかか和え 豆腐チャンプルー くだもの	米・牛ばら肉・玉葱・人参・じゃが芋・豆乳バター・カレールー ブロッコリー・人参・コーン缶・醤油・砂糖・かつお節 豆腐・ベーコン・人参・キャベツ・中華だし・醤油・酒・みりん・油	野菜ハイハイン・牛乳 肉まん・牛乳 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩 豚挽肉・葱・醤油・生姜・ごま油・片栗粉
22 土	育了式		
24 月	ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 南瓜サラダ 麩の味噌汁 くだもの	米 豚ばら肉・刻み昆布・ごま油・酒・醤油・砂糖・生姜 南瓜・胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ・塩 汁麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ルヴァン・牛乳 メロンパンスコーン・牛乳 ホットケーキ粉・豆乳・豆乳バター グラニュー糖
25 火	ごはん 鶏レバーの中華炒め チンゲン菜のナムル マーボー豆腐 くだもの	米 鶏レバー・玉葱・人参・もやし・にら・砂糖・醤油・酒・オイスター・油 チンゲン菜・人参・胡瓜・醤油・中華だし・砂糖・ごま油 豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・葱・酒・醤油・味噌・中華だし	干し芋・牛乳 りんごきんとん・牛乳 さつま芋・りんご・砂糖・塩
26 水	ごはん チャブチェ じゃが芋のおかか煮 大根の味噌汁 くだもの	米 牛ばら肉・玉葱・人参・春雨・葱・砂糖・醤油・中華だし・ごま じゃが芋・砂糖・醤油・かつお節 大根・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	ハイハイン・牛乳 にらまんじゅう・牛乳 豚挽肉・玉葱・にら・コーン缶・生姜・砂糖・酒 醤油・塩・ごま油・ぎょうざ皮
27 木	ごはん サケのマヨチーズ焼き のりじゃこ和え 南瓜の味噌汁 くだもの	米 サケ・マヨネーズ・豆乳チーズ・パセリ粉 ほうれん草・キャベツ・人参・しらす・もみのり・醤油・ごま 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	とろべー・牛乳 さくらもち・牛乳 小麦粉・白玉粉・砂糖・油・食紅・こしあん
28 金	ぶどうパン ローストチキン おからサラダ えのきスープ くだもの	ぶどうパン 鶏もも肉・玉葱・醤油・酒・ケチャップ・ウスター・にんにく・生姜 おから・人参・胡瓜・じゃが芋・マヨネーズ・醤油・ツナ・かつお節 えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩	黒ごまビスケット・牛乳 牛しくれおにぎり・牛乳 米・牛ばら肉・醤油・砂糖・油・生姜・もみのり
29 土	春野菜のあんかけ丼 しめじの味噌汁 くだもの	米・豚ばら肉・人参・キャベツ・もやし・アスパラ・砂糖・醤油 みりん・酒・油 しめじ・玉葱・大根・豆腐・葱・味噌	おやつ・牛乳 オレンジゼリー・牛乳
31 月	年度末保育 ※お弁当持参 (～12:30)		

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
 ☆マヨネーズ、パン類、麺類、加工肉、ルー(カレー・ハヤシ)は全て卵乳不使用のものを使用しています。
 ☆今月は旬の食材としてにら、キャベツ、ブロッコリー、玉葱、いちごなどを取り入れています。
 ☆調味料の中の「酒」は料理酒(アルコール度12%)を使用しています。 ☆園で使用する葱は葉ねぎを使用しています。