

2019年3月分 献立表

三歳未満児

施設名 わらしべ第二保育園

日付	曜日	10時	おひる	おやつ	主な材料
1	金	せんべい牛乳(10時)	ちらし寿司 たらものムニエル 菜の花のおひたし 金時煮豆 あさりのすまし汁	ひなあられ もものプルプル甘酒ゼリー 牛乳(3時)	普通牛乳 精白米 ねんごんにんじん 生しいたけ こまつな でんぶ 三温糖 しばえび たら オリーブ油 薄力粉 バセリ 洋種なばな りょくとうもやし 削り節 乾いんげんまめ 観世ふ 塩わかめ あさり水煮缶詰 ひなあられ (関東風) もも缶詰 豆乳 砂糖 寒天 いちご
2	土		カレーライス ヨーグルト	菓子 麦茶	はいが米 ぶたもも(皮脂無) たまねぎ にんじん じゃがいも 調合油 ヨーグルト
3	日				
4	月	ヨーグルト(10時) 麦茶	ご飯 マーボー豆腐 青菜とモヤシのナムル スープ	あんパン 牛乳(3時)	プレーンヨーグルト はいが米 ぶたひき肉 木綿豆腐 根深ねぎ なら にんじん 干しいたけ 青ピーマン 淡色辛みそ 片栗粉 調合油 こまつな りょくとうもやし こま油 オリーブ油 切干しいたけ あんパン 普通牛乳
5	火	せんべい牛乳(10時)	ご飯 かじきのタツタ揚げ ねばねば和え じゃが芋おかか和え みそ汁	ヨーグルト(3時) かきもち 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 まかじき しょうが 片栗粉 調合油 なら かつお節 にんじん 納豆 りょくとうもやし キャベツ じゃがいも 削り節 淡色辛みそ えのきたけ ヨーグルト もち
6	水	せんべい牛乳(10時)	ご飯 八宝菜 セロリきんぴら ぬか漬け スープ	手作りホットドッグ 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) しばえび にんじん 青ピーマン きくらげ はくさい ゆでたけのこ 干しいたけ コーン缶詰粒 たまねぎ 三温糖 片栗粉 こま油 セロリー にんにく 調合油 いりごま だいこん きゅうりぬかみそ漬 オリーブ油 生しいたけ ロールパン ぶたひき
7	木	ヨーグルト(10時) 麦茶	ご飯 さわらみそ焼き さつま芋甘煮 ゆず大根 すまし汁 チーズ	バナナ 菓子 牛乳(3時)	プレーンヨーグルト はいが米 さわら 三温糖 淡色辛みそ しょうが さつま芋 だいこん ゆず 削り節 凍り豆腐 ごぼう にんじん プロセスチーズ バナナ 普通牛乳
8	金	せんべい牛乳(10時)	ご飯 つるるん野菜チャイナ フロッコリー とにんじんの胡麻和え スープ	ヨーグルト 菓子 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) しょうが 調合油 にんじん ゆでたけのこ 干しいたけ はるさめ なら りょくとうもやし しばえび フロッコリー いりごま 三温糖 オリーブ油 たまねぎ マッシュルーム ヨーグルト
9	土		とり肉とお揚げのうどん ヨーグルト	菓子 麦茶	うどん 根深ねぎ ほうれんそう 油揚げ 中ざら糖 若鶏もも皮なし ヨーグルト
10	日				
11	月	ヨーグルト(10時) 麦茶	ご飯 とり肉のごましょうゆ和え かぼちゃ甘煮 焼きしいたけ すまし汁	ジャムサンド 牛乳(3時)	プレーンヨーグルト はいが米 鶏もも皮なし にんじん キャベツ りょくとうもやし 生揚げ いりごま 三温糖 こま油 くりかぼちゃ 生しいたけ 削り節 切干しいたけ あんパン いちごジャム 普通牛乳
12	火	せんべい牛乳(10時)	セリごはん さんまの香味焼き かぶのあちゃら漬け 金時煮豆 みそ汁 チーズ	わかめおにぎり 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 セリ しょうが りしりこんぶ さんま にんにく だいこん かぶ きゅうり 三温糖 乾いんげんまめ 削り節 淡色辛みそ 木綿豆腐 プロセスチーズ 塩わかめ 焼きのり
13	水	せんべい牛乳(10時)	ご飯 豚の生姜焼き 野菜炒め こぶき芋 スープ	バターロールパン 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) しょうが 調合油 キャベツ りょくとうもやし にんじん 青ピーマン きくらげ じゃがいも あおのり オリーブ油 たまねぎ えのきたけ ロールパン
14	木	ヨーグルト(10時) 麦茶	ツナおにぎり とりのからあげ フロッコリーの豆腐ドレッシングあえ フライドポテト ぬか漬け すまし汁 フルーツ	ココアケーキ 牛乳(3時)	プレーンヨーグルト ご飯 まぐろ油漬缶詰(白) 三温糖 焼きのり 鶏もも皮なし しょうが 片栗粉 調合油 フロッコリー にんじん いりごま 絹ごし豆腐 フライドポテト きゅうりぬかみそ漬 削り節 観世ふ いちご なつみかん缶詰 薄力粉 調整豆乳 砂糖 普通牛乳
15	金	せんべい牛乳(10時)	ご飯 かじきの塩麹焼き 白菜の塩昆布あえ 焼きしいたけ みそ汁 チーズ	菓子 ヨーグルト 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 まかじき 米こうじ はくさい にんじん 塩昆布 生しいたけ 削り節 淡色辛みそ 油揚げ プロセスチーズ ヨーグルト
16	土		ツナとキャベツのスパゲッティ ヨーグルト	菓子 麦茶	マカロニ・スパゲティ まぐろ油漬缶詰 キャベツ たまねぎ コーン缶詰粒 オリーブ油 にんじん ヨーグルト
17	日				
18	月	ヨーグルト(10時) 麦茶	豆野菜カレー ハワイ風サラダ	ぼたもち 牛乳(3時)	プレーンヨーグルト ぶたひき肉 たまねぎ にんじん 大豆 ほうれんそう 調合油 キャベツ きゅうり バインアップル缶詰 フレンチドレッシング はいが米 あずき 中ざら糖 普通牛乳
19	火	せんべい牛乳(10時)	ご飯 焼鮭 じゃが芋ソーテー フロッコリー おかか和え すまし汁 チーズ	菓子 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 塩ざけ 鶏ひき肉 じゃがいも コーン缶詰粒 にんじん たまねぎ 青ピーマン フロッコリー 削り節 プロセスチーズ
20	水	せんべい牛乳(10時)	ご飯 大豆とひじきの五目煮 春雨サラダ みそ汁	バターロールパン 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 鶏もも皮なし 大豆 ひじき にんじん 油揚げ 板こんにやく ごぼう 中ざら糖 調合油 はるさめ きゅうり コーン缶詰粒 フレンチドレッシング 削り節 淡色辛みそ なめこ ロールパン
21	木				
22	金	せんべい牛乳(10時)	ご飯 豚レバーのから揚げ野菜炒め マカロニサラダ スープ	プリン ほうれん草 ケーキ 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 ぶた肝臓 にんにく 片栗粉 たまねぎ キャベツ 青ピーマン 赤ピーマン なら りょくとうもやし しょうが 調合油 こま油 三温糖 マカロニ・スパゲティ きゅうり にんじん まぐろ油漬缶詰 フレンチドレッシング オリーブ油 カスタードフディング 薄力粉 ほうれん
23	土		ハヤシライス ヨーグルト	菓子 麦茶	はいが米 ぶたもも(皮脂無) たまねぎ にんじん マッシュルーム ぶなしめじ こまつな 調合油 ヨーグルト
24	日				
25	月	ヨーグルト(10時) 麦茶	ご飯 青のり香る肉団子 ぶきの炒め煮 こぶき芋 スープ	きなこパン 牛乳(3時)	プレーンヨーグルト はいが米 ぶたひき肉 たまねぎ 木綿豆腐 片栗粉 あおのり りしりこんぶ かつお節 ぶき 淡色辛みそ 三温糖 調合油 じゃがいも にんじん オリーブ油 キャベツ ぶなしめじ 食パン きな粉 調整豆乳 普通牛乳
26	火	せんべい牛乳(10時)	ご飯 かじき生姜焼き あさりとキャベツのおかか和え かぼちゃ甘煮 なつとう汁 チーズ	菓子 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 めかじき しょうが キャベツ にんじん あさり水煮缶詰 かいわれ かつお節 くりかぼちゃ 三温糖 削り節 淡色辛みそ 納豆 根深ねぎ プロセスチーズ
27	水	せんべい牛乳(10時)	ご飯 豚肉と野菜の塩こうじ炒め ポテトサラダ ぬか漬け スープ	食パン(マーマレード) 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 ぶたもも(皮脂無) キャベツ にんじん トウモロコシ きくらげ ごぼう こま油 米こうじ レモン じゃがいも 鶏ひき肉 きゅうり コーン缶詰粒 フレンチドレッシング 赤ピーマン だいこん きゅうりぬかみそ漬 オリーブ油 たまねぎ 食パン マーマレード
28	木	ヨーグルト(10時) 麦茶	わかめごはん とりの照り焼き じゃが芋とツナの炊きあわせ 中華きゅうり みそ汁 チーズ	バナナ 菓子 牛乳(3時)	プレーンヨーグルト はいが米 塩わかめ 鶏もも皮なし しょうが にんにく じゃがいも まぐろ油漬缶詰(白) たまねぎ さやいんげん 三温糖 きゅうり こま油 削り節 淡色辛みそ 凍り豆腐 プロセスチーズ バナナ 普通牛乳
29	金	せんべい牛乳(10時)	ご飯 たらみそやき 切干し大根 金時煮豆 みそ汁	ヨーグルト 菓子 牛乳(3時)	普通牛乳 はいが米 たら 淡色辛みそ 三温糖 切干しいたけ にんじん 凍り豆腐 油揚げ こまつな 中ざら糖 調合油 乾いんげんまめ 削り節 さつま芋 ヨーグルト
30	土		スパゲッティナポリタン ヨーグルト	菓子 麦茶	ぶたもも(皮脂無) マカロニ・スパゲティ たまねぎ にんじん 青ピーマン マッシュルーム トマトケチャップ オリーブ油 ヨーグルト
31	日				