



3月 こんだて表



曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	2 16 30	牛乳 チーズ	豚肉と里芋の煮物 じゃこ入り卵 青菜の味噌汁	豚肉・里芋・人参・さやいんげん・干し椎茸・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁 卵・しらす干し・にら・砂糖・塩・油 青菜・人参・厚揚げ・味噌・煮干し		牛乳 ミルクトースト 食パン・バター・スキムミルク・黄な粉
火	17 31	牛乳 卵ボーロ	魚の味噌煮(添)トマト ブロッコリーごまマヨネーズ 中華スープ	魚・大根・生姜・人参・砂糖・醤油・みりん・味噌 / トマト ブロッコリー・人参・ベーコン・ごま・マヨネーズ・醤油 豆腐・チンゲン菜・人参・干し椎茸・春雨・醤油・鶏ガラ(煮干し)・ごま油		飲むヨーグルト バナナ
水	4 18	牛乳 いちご	鶏肉のきじ焼き(添)レタス 白和え 五目汁	鶏肉・生姜・ごま・葱・醤油・みりん・油 / レタス ほうれん草・人参・豆腐・ごま・味噌・砂糖・醤油・みりん 里芋・ごぼう・干し椎茸・人参・きぬさや・醤油・塩・だし汁		お茶 ぼたもち もち米・黄な粉・砂糖
木	5 19	牛乳 せんべい	白身魚と南瓜のシチュー お花畑サラダ 添)果物	白身魚・カリフラワー・玉葱・人参・南瓜・油・グリーンピース・バター・小麦粉・牛乳・塩こしょう・鶏がら ホールコーン・キャベツ・胡瓜・人参・酢・油・砂糖・塩コショウ パイナップル缶		牛乳 りんご
金	6	ヨーグルト	チキン南蛮 三色野菜 若布とえのきのスープ	鶏肉・塩・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・醤油・生姜・だし汁・卵・玉葱・パセリ・マヨネーズ・ケチャップ・砂糖・レモン汁 キャベツ・胡瓜・カラーピーマン (乾)若布・えのき茸・人参・葱・醤油・みりん・煮干し		牛乳 カステラ
土	7	牛乳 せんべい	大和煮 豆腐の味噌汁 果物	牛肉・かまぼこ・えのき茸・干し椎茸・人参・糸こんにゃく・卵・葱・砂糖・醤油 豆腐・もやし・にら・若布・味噌・煮干し / みりん・酒・だし汁		牛乳 クロワッサン
月	9 23	牛乳 ビスコ	魚の野菜あんかけ 菜の花風和え物 若布の味噌汁	魚・塩コショウ・片栗粉・油・干し椎茸・玉葱・人参・にら・醤油・みりん ほうれん草・卵・油・砂糖・醤油 / ごま油・片栗粉・だし汁 (乾)若布・油揚げ・大根・葱・味噌・煮干し		牛乳 フルーツゼリー アガー・カルピス・もも缶・チェリー缶
火	10 24	ヨーグルト	ハンバーグ 三色野菜 豆腐スープ	合挽ミンチ・人参・玉葱・生椎茸・パン粉・卵・塩コショウ・油・ケチャップ・ソース・砂糖 キャベツ・胡瓜・トマト(マヨネーズ) コーン・豆腐・もやし・人参・葱・醤油・塩コショウ・片栗粉・鶏がら(煮干し)		牛乳 日向夏 せんべい
水	11 25	牛乳 あられ	大豆の五目煮 胡瓜のおかか和え じゃが芋の味噌汁	大豆・鶏肉・人参・ごぼう・刻み昆布・さやいんげん・砂糖・醤油・みりん・酒・だし汁 胡瓜・かつお節・醤油 じゃが芋・玉葱・えのき茸・油揚げ・葱・味噌・煮干し		牛乳 ピーチケーキ 小麦粉・スキムミルク・バター・卵・黄桃缶
木	12 26	ヨーグルト	ポークジンジャー ゆでキャベツ・人参グラッセ ほうれん草のすまし汁	豚肉・玉葱・生姜・砂糖・醤油・油・片栗粉 キャベツ(マヨネーズ) / 人参・砂糖(醤油) ほうれん草・ソーメン・卵・醤油・塩・かつお節・だし昆布		牛乳 いちご クラッカー
金	13 27	牛乳 バナナ	魚の塩焼き(添)ブロッコリー 南瓜の甘煮・果物 呉汁	甘塩鮭・油 / ブロッコリー(マヨネーズ) 南瓜・砂糖・醤油 / りんご 呉汁の素・豆腐・油揚げ・人参・白菜・葱・味噌・煮干し		牛乳 焼きそば 中華めん・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・竹輪
土	14	牛乳 白い風船	キャベツとツナの Pasta ポパイスープ	スパゲティ・ツナ缶・キャベツ・玉葱・人参・油・にんにく・醤油・みりん 塩コショウ・もみ海苔 ほうれん草・豆腐・ベーコン・醤油・塩コショウ・鶏ガラ(煮干し)		牛乳 スティックパン
誕生会 (火)	3	牛乳 卵ボーロ	雛おにぎり・鶏肉の竜田揚げ 野菜サラダ・果物 すまし汁	卵・焼きのり・かまぼこ・鰹たまご・ウィンナー / 鶏もも肉・片栗粉・醤油・油 胡瓜・大根・人参・砂糖・醤油・酢 / みかん えのき茸・花麩・葱・醤油・煮干し		カルピス ひなあられ

お知らせ…都合によりメニューが、変わることがあります。ご了承ください。