



3月 こんだて表



成29年3月 清武中央保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	13 27	牛乳 チーズ	豚肉と里芋の煮物 じゃこ入り卵 厚揚げの味噌汁	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	ご飯	牛乳 シュガートースト 食パン・バター・砂糖
火	14 28	牛乳 卵ボーロ	魚の味噌煮 胡瓜とちくわの酢の物 きのこのすまし汁	魚・大根・生姜・人参・砂糖・醤油・みりん・味噌 胡瓜(乾)若布・ちくわ・人参・ごま・酢・砂糖・醤油 ぶなしめじ・えのき茸・葱・麩・醤油・かつお節・だし昆布	ご飯	お茶 ぼたもち もち米・黄な粉・砂糖・塩
水	1 15 29	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・葱(きぬさや)・醤油・塩・煮干し	ご飯	ヨーグルト クラッカー
木	2 16 30	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	ご飯	牛乳 バナナ ビスケット
金	17 31	飲むヨーグルト	チキン南蛮 三色野菜 わかめスープ	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	ご飯	牛乳 ロールケーキ
土	4 18	牛乳 菓子	大和うどん 春雨の和え物 果物	豚肉・かまぼこ・えのき茸・干し椎茸・葱・砂糖・醤油・だし汁 にら・若布・卵・春雨・人参・砂糖・酢・醤油 みかん	ご飯	お茶 クロワッサン
月	6	牛乳 ビスコ	魚の野菜あんかけ ほうれん草の和え物 大根の味噌汁	魚・塩コショウ・片栗粉・油・干し椎茸・玉葱・人参・葱・醤油・みりん ほうれん草・ホールコーン缶・油・砂糖・醤油 大根・(乾)若布・油揚げ・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 フルーツゼリー 寒天パパ・みかん缶
火	7 21	飲むヨーグルト	ポークジンジャー (添)キャベツ・人参グラッセ 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・卵・醤油・塩・煮干し	ご飯	牛乳 バナナ せんべい
水	8 22	牛乳 みかん	魚の塩焼き(添)ブロッコリー 南瓜の甘煮 呉汁	鮭の切り身(塩) / ブロッコリー(マヨネーズ) 南瓜・砂糖・醤油 茹で大豆・油揚げ・人参・白菜・葱・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 焼きそば 中華めん・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・油
木	9 23	飲むヨーグルト	ハンバーグ 野菜サラダ 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) 豆腐・もやし・人参・葱・醤油・塩コショウ・片栗粉・鶏がら(煮干し)	ご飯	牛乳 苺 クラッカー
金	10 24	牛乳 あられ	大豆の五目煮 胡瓜のおかか和え 玉葱の味噌汁	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 玉葱・じゃが芋・油揚げ(乾)若布・葱・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 ピーチケーキ ホットケーキミックス・牛乳・バター・卵・黄桃缶
土	11	牛乳 菓子	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		お茶 お菓子
誕生会 (金)	3	牛乳 卵ボーロ	若芽ごはん・ウインナー・フライドポテト 鶏のから揚げ・チーズ・胡瓜スティック プリン・いちご・パン缶	若芽ごはんの素/ウインナー/フライドポテト 鶏肉・ニンニク・醤油・油・片栗粉/チーズ/胡瓜・塩 プリン(除去用・ゼリー)/いちご/パン缶		カルピス ひなあられ



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。