



3月こんだてひょう



令和4年3月南加納保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	7	牛乳 チーズ	魚のみそ煮 お花畑サラダ きのこすまし汁	魚・大根・人参・砂糖・醤油・みりん・みそ ホールコーン・キャベツ・きゅうり・人参・酢・油・砂糖・塩こしょう しめじ茸・エリンギ・ねぎ・かまぼこ・醤油・塩・かつお節・出し昆布	ごはん	牛乳 豆乳蒸しパン <small>(卵・砂糖・豆乳・小麦粉・B.P・油)</small>
火	8 22	牛乳 せんべい	チキン南蛮 三色野菜 わかめスープ	鶏肉・塩こしょう・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・醤油・生姜・だし汁・卵・玉ねぎ キャベツ・カラーピーマン / パセリ・マヨネーズ・ケチャップ・砂糖・レモン汁 人参・えのき茸・にら・わかめ・醤油・みりん・煮干し	ごはん	牛乳 りんご クッキー
水	9 23	飲むヨーグルト	マーボー豆腐 ハムともやし中華和え コーンスープ	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・みそ・砂糖・塩 ハム・もやし・きゅうり・春雨・卵・油・砂糖・酢・醤油・ごま油/醤油・ごま油・片栗粉・油 ホールコーン・クリームコーン・玉葱・人参・パセリ・塩こしょう・醤油	ごはん	牛乳 フライドポテト
木	10 24	牛乳 おさつ	魚の香焼き・レタス 千切り大根の含め煮 ぎゃべつのみそ汁	白身魚・白ごま・にんにく・しょうが・ねぎ・砂糖・醤油・みりん さつま揚げ・千切り大根・いんげん・人参・油揚げ・干しいたけ・砂糖・醤油・みりん 厚揚げ・ぎゃべつ・玉ねぎ・みそ・ねぎ・煮干し	ごはん	牛乳・ミルクトースト <small>(食パン・バター・砂糖・スキム ミルク・ぬるま湯・きな粉)</small>
金	11 25	牛乳 あられ	豚肉と里芋の煮物 じゃこ入り卵 厚揚げのみそ汁	豚肉・大根・人参・いんげん・椎茸・砂糖・醤油・だし汁 卵・しらす干し・にら・砂糖・塩・油 厚揚げ・ほうれん草・人参・わかめ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ
土	12 26	牛乳 ビスケット	スパゲティミートソース 春キャベツのスープ バナナ	スパゲティ・豚ミンチ・なす・玉ねぎ・人参・しめじ茸・パセリ 油・ケチャップ・みそ・砂糖・粉チーズ キャベツ・ウインナー・人参・玉葱・醤油・塩こしょう・煮干し/バナナ		牛乳 スティックパン お茶・焼きそば <small>(中華麺・豚肉・玉葱・ぎゃべつ・人 参・油・おたふくソース・ケチャッ プ・鰹節・青のり)</small>
月	14 28	牛乳 バナナ	甘塩鮭・ブロッコリー ポテトサラダ 大根のみそ汁	甘塩鮭 /ブロッコリー じゃが芋・卵・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩P 大根・乾わかめ・ねぎ・油揚げ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 パイন缶 丸ボーロ お茶 ぼたもち <small>(もち米・米・きな粉・砂糖・塩)</small>
火	15 29	飲むヨーグルト	いり鶏 きゅうりのおかか和え もやしのみそ汁	鶏肉・じゃが芋・人参・れんこん・ごぼう・干し椎茸・いんげん・こんにやく きゅうり・ぎゃべつ・かつお節・醤油 /油・砂糖・醤油・みりん もやし・豆腐・人参・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 パイン缶 丸ボーロ お茶 ぼたもち <small>(もち米・米・きな粉・砂糖・塩)</small>
水	16 30	牛乳 せんべい	鶏肉のきじ焼き 白和え 五目汁	鶏肉・生姜・ごま・ねぎ・醤油・みりん・(砂糖)・油 ほうれん草・人参・豆腐・ごま・みそ・砂糖・みりん 里芋・ごぼう・しめじ茸・人参・ねぎ・油揚げ・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 パイン缶 丸ボーロ お茶 ぼたもち <small>(もち米・米・きな粉・砂糖・塩)</small>
木	31 17	牛乳 卵ボーロ	魚の野菜あんかけ トマトの甘酢漬け かきたま汁	魚の切り身・塩こしょう・片栗粉・油・干し椎茸・玉ねぎ・人参・いんげん・醤油・みりん・砂糖 トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・(油)/ごま油・片栗粉・だし汁 卵・片栗粉・人参・えのき・ねぎ・わかめ・醤油・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
金	4 18	牛乳 チーズ	ハンバーグ 温野菜 オニオンスープ	合挽ミンチ・人参・玉葱・生椎茸・パン粉・卵・塩こしょう・油・ケチャップ・ソース・砂糖 ブロッコリー・人参・砂糖・バター /日向夏 玉葱・人参・ベーコン・貝割菜・醤油・塩こしょう・コンソメ	パン	牛乳 ゼリー クラッカー
土	5 19	牛乳 ビスコ	豚肉の柳川丼 きゅうりの昆布和え みかん缶	豚肉・ごぼう・干しいたけ・人参・玉ねぎ・卵・ねぎ・砂糖・醤油・みりん・だし汁 きゅうり・塩昆布 みかん缶	ごはん	牛乳 ミニパン
誕生会	3	牛乳 ビスケット	唐揚げ・ウインナー・ポテト 野菜スティック・すまし汁・りんご スパサラ・サンドイッチ	鶏肉・唐揚げ粉・片栗粉/ウインナー/ポテト きゅうり・人参・大根/スパゲティ・ぎゃべつ・人参・ツナ缶・マヨネーズ/りんご えのき茸・人参・ねぎ・煮干し・醤油/サンドイッチパン・いちごジャム		カルピス ひなあられ

*行事等により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。