



こんだてひょう



令和4年3月

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	7 21	牛乳 棒チーズ	魚のみそ煮 お花畑サラダ きのこのすまし汁	魚・大根・人参・生姜・砂糖・醤油・みりん・みそ ホールコーン・きゃべつ・胡瓜・人参・酢・油・砂糖・塩・こしょう ぶなしめじ茸・エリンギ・葱・かまぼこ・塩・かつお節・だし昆布	ごはん	牛乳・豆乳蒸しパン 卵・砂糖・豆乳・小麦粉 ベーキングパウダー・油
火	8 22	牛乳 せんべい	チキン南蛮 二色野菜 わかめのスープ	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 きゃべつ・カラピーマン / 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・(乾)わかめ・醤油・みりん・煮干し・塩	ごはん	牛乳 りんご 丸ぼうろ
水	9 23	プレーン ヨーグルト	マーボー豆腐 ハムともやしの中華和え コンスープ	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・生椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・みそ・砂糖・塩 ハム・もやし・胡瓜・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・玉ねぎ・人参・パセリ・塩・こしょう・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳 フライドポテト 冷凍ポテト・塩・油
木	10 24	牛乳 コーンフレーク	魚の香り焼き・添え野菜 千切り大根の含め煮 きゃべつのみそ汁・果物	魚切り身・白ごま・にんにく・生姜・葱・砂糖・酒・醤油・みりん / レタス さつま揚げ・千切大根・冷いんげん・人参・油揚げ・干椎茸・油・砂糖・醤油 厚揚げ・きゃべつ・玉ねぎ・みそ・葱・煮干し / いちご・みりん・油・だし汁	ごはん	牛乳 カステラ
金	11 25	牛乳 えびせん	豚肉と大根の煮物 じゃこ入り卵 厚揚げのみそ汁	豚肉・大根・人参・グリーンピース・生椎茸・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁 卵・しらす干し・にら・砂糖・塩・油・ケチャップ 厚揚げ・青菜・人参・(乾)わかめ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・ミルクトースト 食パン・バター・砂糖 スキムミルク・きな粉・湯
土	12	牛乳 ビスケット	スパゲティミートソース 春きゃべつのスープ・果物	スパゲティ・豚ミンチ・なす・玉ねぎ・人参・ぶなしめじ茸・パセリ 油・ケチャップ・みそ・砂糖・粉チーズ きゃべつ・ウインナー・人参・玉ねぎ・塩・こしょう・鶏がら / バナナ		牛乳 ステックパン
月	14 28	牛乳 りんご	魚の塩焼き・添え野菜 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・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・こしょう 大根・(乾)わかめ・葱・油揚げ・みそ・煮干し	ごはん	お茶・焼きそば 中華麺・豚肉・玉ねぎ・人参・油 ・きゃべつ・ソース・ケチャップ・かつお節・青のり
火	1 15 29	飲む ヨーグルト	いり鶏 胡瓜のおかか和え もやしのみそ汁	鶏肉・じゃが芋・人参・れんこん・ごぼう・干椎茸・冷いんげん・こんにやく 胡瓜・きゃべつ・かつお節・醤油 / 油・砂糖・醤油・みりん もやし・豆腐・人参・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 日向夏 かりんとう
水	2 16 30	牛乳 みかん缶	鶏肉のきじ焼き 白和え 五目汁	鶏肉・生姜・ごま・葱・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・ぶなしめじ茸・人参・葱・油揚げ・醤油・塩・煮干し	ごはん	お茶 ぼたもち もち米・米・きな粉・砂糖・塩
木	3 31	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・干椎茸・玉ねぎ・人参・冷いんげん・醤油・みりん トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・油 / 砂糖・ごま油・片栗粉・だし汁 卵・片栗粉・人参・えのき茸・葱・(乾)わかめ・醤油・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト バナナ
金	4 18	牛乳 クッキー	ハンバーグ 温野菜 オニオンスープ・果物	合いびきミンチ・人参・玉ねぎ・生椎茸・パン粉・卵・塩・こしょう ブロッコリー・人参・砂糖・塩・バター / ケチャップ・ソース・砂糖 玉ねぎ・人参・ベーコン・貝割れ菜・醤油・鶏がら / パイン缶	ごはん	牛乳・クラッカー フルーツゼリー アガー・砂糖・ジュース・水・果物缶
土	5 19	牛乳 ビスコ	牛肉の柳川風 胡瓜の昆布和え 果物	牛肉・ごぼう・干椎茸・人参・玉ねぎ・卵・葱・砂糖 胡瓜・塩昆布 / 醤油・みりん・酒・だし汁 オレンジ	ごはん	牛乳 ミニクリームパン
誕生会	3 木	牛乳 卵ボーロ	ちらし寿司 から揚げ・南瓜サラダ すまし汁・フルーツムース・添え野菜	ちりめん・干椎茸・ごぼう・人参・油揚げ・砂糖・醤油・煮干し・砂糖・酢・塩・ごま・かまぼこ・卵・油・グリーンピース 鶏肉・塩・こしょう・生姜・小麦粉・唐揚げ粉・油 / 南瓜・胡瓜・人参・ハム・マヨネーズ・塩・こしょう 花ふ・えのき茸・(乾)わかめ・葱・醤油・煮干し / いちご・フルーツムース・牛乳 / ブロッコリー		カルピス ひなあられ

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。

