

2015年3月

給食献立表

東かなまち保育園

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ
2	麦ごはん	米、食パン、油、押麦、片栗粉、小麦粉、三温糖	牛乳、鶏もも肉、ベーコン、ピザ用チーズ、バター	南瓜、玉葱、キャベツ、人参、りんご、きゅうり、トマト、コーン缶、干しぶどう、ピーマン、パセリ、しょうが、にんにく	鳥がらだし汁、ケチャップ、しょうゆ、酢、食塩、酒、こしょう	牛乳100 パナナ
16	かぼちゃスープ					牛乳
30	鶏の唐揚げ					ピザトースト
月	りんごとキャベツのフレンチサラダ					
3	雛祭り・ケーキ寿司	米、砂糖、三温糖、油、焼ふ	調製豆乳、さわら、卵、牛乳、えび、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)	もも缶、ブロッコリー、いちご、コーン缶、なばな、ミニトマト、しいたけ、にんじん、かんてん、しょうが	煮干だし汁、酢、酒、みりん、しょうゆ、食塩、シナモン	牛乳100 ウエハース
17	さわらのみそ照り焼き					豆乳
31	菜の花の清汁					いちごの杏仁豆腐
火						
4	ひじきごはん	さつまいも、米、三温糖、植物油(揚げ吸油分)、押麦、油、片栗粉、ごま油、砂糖	調製豆乳、豚肉(肩ロース)、卵、いか、鶏もも肉、油揚げ、黒ごま	たまねぎ、にんじん、キャベツ、チンゲンサイ、クリームコーン缶、万能ねぎ、干椎茸、グリーンピース、しょうが、ひじき	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、食塩、中華だし、素、こしょう	牛乳100 伊予柑
18	中華コーンスープ					豆乳
水	八宝菜					大学芋
5	麦ごはん	米、小麦粉、片栗粉、三温糖、押麦、植物油(揚げ吸油分)、マヨネーズ	わかさぎ、牛乳、卵、おから、ベーコン、バター、米みそ(甘みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)、かつお節	はくさい、だいこん、もやし、にんじん、コーン缶、えのきたけ、万能ねぎ、切り干しだいこん、ひじき	煮干だし汁、かつおだし汁、酢、しょうゆ	牛乳100 りんご
19	具だくさんみそ汁					麦茶
木	わかさぎの南蛮漬け					おからマフィン
木	切干し大根とひじきのサラダ					
6	バターロール	ロールパン、米、じゃがいも、パン粉、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、鶏もも肉(皮付き)、卵、米みそ(淡色辛みそ)、ごま	たまねぎ、かぶ、キャベツ、にんじん、セロリー、サラダ菜	鳥がらだし汁、ケチャップ、ウスターソース、みりん、食塩、コンソメ、ナツメグ	牛乳100 キウイフルーツ
20	かぶのポトフ					牛乳
金	ミートローフ					みそ焼きおにぎり
金	サラダ菜					
7	かき玉にゆめん	干しとうめん、さつまいも、マヨネーズ、油、砂糖	ヨーグルト(加糖)、卵、ちくわ、ハム、いわし(煮干し)	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、万能ねぎ	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩、パセリ粉	牛乳100 もも缶
7	かぼちゃのサラダ					麦茶
土						ヨーグルト
土						さつま芋チップ
9	わかめ麦ごはん	コッペパン、米、じゃがいも、押麦、植物油(揚げ吸油分)、砂糖、三温糖、油	牛乳、木綿豆腐、卵、鶏もも肉、挽きわり納豆、米みそ、麦みそ、油揚げ、きな粉、いわし(煮干し)	たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、万能ねぎ、干しいたけ	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 パナナ
23	納豆汁					牛乳
月	いり豆腐					きなこ揚げパン
10	麦ごはん	米、押麦、三温糖、油、ごま油	ヨーグルト(無糖)、鶏もも肉、木綿豆腐	キャベツ、パナナ、たまねぎ、もやし、パイン缶、みかん缶、コーン缶、塩蔵わかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、みりん、コンソメ、酒、食塩	牛乳100 小魚せんべい
24	野菜スープ					麦茶
火	鶏の照り焼き					フルーツヨーグルト
火	豆腐サラダ					
11	麦ごはん	米、干しうどん、片栗粉、押麦、植物油(揚げ吸油分)、三温糖、油	牛乳、豚肉(ヒレ)、卵、油揚げ	たまねぎ、にんじん、こまつな、にら、ねぎ、ピーマン、干しいたけ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ(しろ)、ケチャップ、みりん、しょうゆ、酢、中華だし、素、酒、食塩	牛乳100 りんご
25	ニラ玉スープ					牛乳
水	酢豚					五目汁うどん
水						
12	麦ごはん	米、小麦粉、砂糖、押麦、ごま油	調製豆乳、さば、木綿豆腐、卵、バター、脱脂粉乳、米みそ、コナツハウター、くるみ、かつお節、ごま	れんこん、にんじん、えのきたけ、ピーマン、干しぶどう、塩蔵わかめ、ひじき、しょうが	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 オレンジ
26	豆腐とえのきの清汁					スキムチョコレートバー
木	さばのみそ煮					豆乳
木	ひじきと蓮根のきんぴら					
13	バターロール	ロールパン、じゃがいも、米、油、オリーブ油、三温糖	牛乳、牛肉、卵、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、バター	たまねぎ、にんじん、もやし、キャベツ、はくさい、ブロッコリー、だいこん、きゅうり、トマトピューレ、コーン缶	かつお・昆布だし汁、ハヤシルウ、しょうゆ、酢、みりん、食塩	牛乳100 キウイフルーツ
27	ビーフシチュー					牛乳
金	みそドレッシングサラダ					雑炊
金						
14	焼肉パスタ	食パン、スパゲティ、マヨネーズ、白玉麩、三温糖、油	牛乳、豚肉(こま)、ツナ水煮缶、すりごま	はくさい、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、塩蔵わかめ、にんにく、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、本みりん、酒、食塩、パセリ粉	牛乳100 ウエハース
28	わかめスープ					牛乳
土						ツナサンド

※都合により献立を変更する場合があります。

※26日の3時おやつは誕生会ケーキ(手作り)になります。

※10日はお別れ会特別メニューに、17・31日は一部献立を変更します。

※今月の3時おやつは7日を除き、すべて手作りです。