

令和2年 3月 こんだてよていひょう 新町第二保育園

日	曜日	ひよこ組 たまご組	献立名	主な食材			午後のおやつ	エネルギー たんぱく質 脂質( )は未満児
				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
2	月	クッキー 麦茶	ご飯・鯖の味噌煮 スイートポテトサラダ 豚汁	米 パン さといも さつまいも 砂糖 ごま油	牛乳 鯖 卵 味噌 豚肉 油揚げ	大根 りんご 人参 コーン 胡瓜 長葱 ごぼう	卵サンド 牛乳	671(523) 26(19) 24(18)
3	火	ソーセージ ジュース	鮭寿司・えびフライ ほうれんそうのごま和え 菜の花のすまし汁・果物	米 油 パン粉 マヨネーズ 砂糖 小麦粉	卵 えび 豆腐 鮭 ごま	ほうれんそう 人参 なばな 胡瓜 玉葱 パセリ レモン汁	ひなあられ カルピス	725(637) 28(24) 25(19)
4	水	ウェハース ジュース	ご飯・ミートローフ 胡瓜とコーンのサラダ ひじきの味噌汁	ご飯 パン粉 ドレッシング 油	牛乳 豚肉 牛肉 卵 味噌	玉葱 胡瓜 コーン 人参 ひじき	ミニクワッサン 牛乳	554(527) 23(19) 18(14)
5	木	えびせん 麦茶	ご飯(ふりかけ)・麩のすまし汁 鶏肉のごま味噌焼き キャベツのツナマヨネーズ和え	米 マヨネーズ ごま油 麩 砂糖	牛乳 鶏肉 ごま しらす干し 味噌 ツナ	キャベツ 胡瓜 長葱 えのき茸	あんぱん 牛乳	545(420) 22(16) 17(12)
6	金	ハーベスト 麦茶	わかめうどん・牛乳 白身魚カレー揚げ 果物	うどん 小麦粉 油	カレー 卵 牛乳	ほうれんそう 長葱	たご焼き 麦茶	520(408) 29(22) 16(13)
7	土	弁当(市販)・牛乳						
9	月	チーズ 麦茶	ナン・キーマカレー 果物のヨーグルト和え かき玉汁・果物・牛乳	ナン 小麦粉 砂糖	牛乳 豚肉 ヨーグルト 卵 チーズ	玉葱 人参 ピーマン パナトマト 長葱 レーズン	☆コーン蒸しパン 麦茶	578(498) 25(22) 18(17)
10	火	バナナ 麦茶	人参としらすご飯 しゅうまい・はるさめサラダ 桜えびのスープ	米 はるさめ 砂糖 ごま油 油	牛乳 卵 ハム しらす干し 桜えび	チンゲンサイ もやし 胡瓜 人参	アップルパイ 牛乳	642(470) 24(18) 24(15)
11	水	クッキー ジュース	五目御飯・果物 鮭の西京焼き・冬のココロサラダ かに豆腐旨煮汁	米 押し麦 マヨネーズ 油 ごま油	牛乳 豆腐 鮭 かに水煮 鶏肉 うずら卵 油揚げ	人参 白菜 胡瓜 筍 大根 コーン 長葱 椎茸 グリンピース	ケーキ 麦茶	665(484) 31(21) 23(15)
12	木	たまごボーロ 麦茶	ご飯・マーボー豆腐 さつまいものレモン煮 かぶの味噌汁	さつまいも 米 砂糖 ごま油 片栗粉	牛乳 豆腐 豚肉 味噌 油揚げ	かぶ 人参 筍 長葱 椎茸 わかめ レモン	バームクーヘン 牛乳	770(609) 22(16) 28(21)
13	金	えびせんべい ジュース	カレーライス・牛乳 マカロニサラダ 果物	お別れ遠足			菓子 麦茶	564 15 17
14	土	弁当(市販)・牛乳						
16	月	せんべい 麦茶	ご飯・小松菜の納豆和え じゃが芋と挽肉の煮物 ウインナー・わかめ汁	米 じゃが芋 油 砂糖	牛乳 ウインナー 納豆 豚肉 味噌	人参 わかめ 小松菜 玉葱 グリンピース	ビスケット 牛乳	623(488) 21(15) 24(16)
17	火	たまごボーロ 麦茶	ご飯・鮭の塩焼き ひじきとさつまいもの炒り煮 厚揚げの味噌汁	米 さつまいも パン 油 砂糖	牛乳 鮭 厚揚げ 竹輪 味噌 油揚げ	大根 人参 長葱 ひじき さやえんどう わかめ	蒸しパン 牛乳	384(301) 21(15) 19(12)
18	水	チーズ 麦茶	ご飯・肉団子の甘酢あん 大根サラダ・白菜スープ 果物	米 小麦粉 油 片栗粉 砂糖 ごま油	牛乳 豚肉 帆立 豚肉 卵 ベーコン 桜えび	大根 白菜 キャベツ 人参 胡瓜 玉葱 長葱	☆お好み焼き 牛乳	665(529) 26(21)
19	木	どうぶつビスケット ジュース	ご飯・ローストチキン 白菜のジャコドレッシング なめこ汁	米 油 砂糖 ごま油	牛乳 鶏肉 しらす干し 豆腐	白菜 人参 なめこ	牡丹餅 麦茶	476(436) 18(15) 19(17)
20	金	春分の日						
21	土	弁当(市販)・牛乳						
23	月	ハーベスト 麦茶	ご飯・鶏肉の照り焼き もやしのカレー風味 さつまいもの味噌汁	米 さつまいも 油 小麦粉 砂糖	牛乳 鶏肉 味噌	もやし 長葱 人参 さやえんどう	スティックパン 牛乳	410(383) 15(12) 9(8)
24	火	チーズ 麦茶	ホットドッグ・牛乳 大豆のトマトスープ煮 果物	コッペパン じゃが芋 油	牛乳 大豆 フランクフルト 豚肉	トマト 玉葱 キャベツ 人参 グリンピース	せんべい ジュース	659(516) 21(18) 18(16)
25	水	えびせんべい ジュース	ご飯・炒り豆腐 ほうれんそうともやしのナムル かぶの味噌汁	米 油 白玉粉 砂糖	豆腐 鶏肉 味噌 牛乳 卵	干しいたけ 人参 玉葱 ほうれんそう もやし かぶ	ツナサンド 牛乳	550(433) 19(14) 12(9)
26	木	バナナ 麦茶	ご飯・八宝菜 厚焼き玉子 白菜のすまし汁	米 砂糖 ごま油 片栗粉	牛乳 卵 豚肉 ナルト かにかまぼこ	白菜 玉葱 えのき茸 筍 人参 ピーマン 長葱 干しいたけ	カステラ 牛乳	627(453) 21(16) 18(12)
27	金	たまごボーロ ジュース	ハンバーガー・果物 花野菜サラダ・牛乳 南瓜のポタージュ	パン 小麦粉 砂糖 パン粉 ドレッシング	牛乳 豚肉 牛肉 卵 生クリーム チーズ ハム	南瓜 玉葱 ブロッコリー カリフラワー	☆苺蒸しパン 麦茶	625(499) 22(17) 24(17)
28	土	卒園式						
30	月	チーズ 麦茶	ご飯・厚揚げのそぼろ煮 ひじきとキャベツのサラダ 切干大根の味噌汁	米 マヨネーズ 砂糖 片栗粉	牛乳 厚揚げ 豚肉 ベーコン 油揚げ	キャベツ 玉葱 人参 コーン えのき茸 切干大根 ひじき	クリームパン 牛乳	614(474) 23(18) 24(19)
31	火	アスパラガス ジュース	食パン(ジャム)・牛乳 サーモンシチュー キャベツサラダ・果物	じゃが芋 食パン 米 ドレッシング 小麦粉 砂糖	牛乳 油揚げ 鮭 パター	玉葱 キャベツ りんご ブロッコリー 人参 レーズン	いなり寿司 麦茶	716(631) 22(18) 31(25)

- 献立は仕入れの都合により 変更することがあります
  - ☆印は手作りおやつです
  - 土曜のおやつは人数が確定してから決めます
- 目標値 600(470) 平均 629(501)  
 20(17) 23(18)  
 17(15) 21(16)