

2023年03月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			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						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									
1	水	御飯 さけの塩焼き 栄養きんぴら 小松菜のみそ汁	ビスケット 牛乳	米、ごま油、砂糖	牛乳、さけ、豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)	にんじん、ごぼう、こまつな、えのきたけ、ねぎ	ゼリー	17	金	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め パンパンジー みそ汁	クッキー 牛乳	米、じゃがいも、油、砂糖	牛乳、生揚げ、鶏ささぎ身、豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)	きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、たけのこ(ゆで)、赤ピーマン、ごま、しょうが、にんにく	クラッカー								
2	木	すき焼き丼 キャベツの昆布サラダ 大根のみそ汁	クロワッサン 牛乳	米、クロワッサン、砂糖、ごま油	牛乳、焼き豆腐、豚肉(肩ロース)、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	だいこん、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、ほうれんそう、えのきたけ、塩こんぶ	せんべい	18	土	パン くだもの 牛乳													
3	金	三色寿司 大根とがんもの煮物 すまし汁 ひな祭りゼリー	ひなあられ カルピス	七分つき米、砂糖	カルピス、鶏もも肉(皮付き)、がんもどき、錦糸卵、さけ	だいこん、かぶ、にんじん、きゅうり、カットわかめ	クラッカー	19	日														
4	土	パン くだもの 牛乳						20	月	納豆とり丼 ほうれん草のナムル えのきのみそ汁	スティックパン 牛乳	米、食パン、油、ごま油	牛乳、挽きわり納豆、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	ほうれんそう、もやし、にんじん、ねぎ、こまつな、キャベツ、えのきたけ、コーン缶、ごま、カットわかめ	ビスケット								
5	日							21	火														
6	月	☆以上児お別れバイキング☆ 御飯 ハンバーグ ポテト	せんべい ジュース	米、サラダ用スパゲティ、油、ごまドレッシング、片栗粉	鶏もも肉、木綿豆腐、ウインナーソーセージ、ハム	りんご天然果汁、プロッコリー、レタス、きゅうり、ねぎ、にんじん、カットわかめ、しょうが、にんにく	ビスケット	22	水	ナポリタン プロッコリーのマヨネーズあえ わかめスープ バナナ	たこやき 牛乳	マカロニ・スパゲティ、七分つき米、マヨネーズ、油	牛乳、ウインナーソーセージ、粉チーズ	バナナ、たまねぎ、プロッコリー、にんじん、コーン缶、ピーマン、ねぎ、ごま、カットわかめ	ヨーグルト								
7	火	きつねうどん ちくわカレー揚げ 鉄チーズ	★昆布おにぎり 牛乳	ゆでうどん、七分つき米、油、小麦粉、砂糖	牛乳、ちくわ、油揚げ、チーズ	たまねぎ、ねぎ、にんじん、こんぶ佃煮、焼きのり	チーズ	23	木	ポークカレー 春雨サラダ 福神漬 牛乳	ヨーグルト	七分つき米、じゃがいも、押麦、はるさめ、油、砂糖、ごま油	牛乳、元気ヨーグルト、豚肉(肩ロース)、チーズ、ハム	たまねぎ、きゅうり、にんじん、福神漬、コーン缶	せんべい								
8	水	御飯 さわらのポテトクリーム焼き れんこんの炒め煮 五目みそ汁	★お麩ラスク 牛乳	米、じゃがいも、さといも、マーガリン、焼ふ、砂糖、油、片栗粉	牛乳、さわら、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	れんこん、クリームコーン缶、だいこん、にんじん、たまねぎ、ねぎ、ピーマン	ヨーグルト	24	金	御飯 さけのみそマヨ焼き 切干大根の旨煮 キャベツのすまし汁	黒糖蒸しパン 牛乳	米、米粉、マヨネーズ、黒砂糖、油、砂糖	牛乳、さけ、豆乳、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、ねぎ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、切り干しだいこん	クラッカー								
9	木	コーンカレー 大根サラダ 福神漬 牛乳	ドーナツ ヤクルト	七分つき米、じゃがいも、マヨネーズ、押麦、油	牛乳、ジョア、豚肉(肩ロース)、ツナ油漬缶	みかん、たまねぎ、にんじん、レタス、きゅうり、福神漬、コーン(冷凍)、だいこん	せんべい	25	土														
10	金	御飯 麻婆春雨 野菜のごま和え チンゲンサイみそ汁	★バナナサンド 牛乳	米、ロールパン、はるさめ、油、片栗粉、砂糖	牛乳、豚ひき肉、生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)	はくさい、たまねぎ、もやし、ほうれんそう、バナナ、にんじん、チンゲンサイ、たけのこ(水煮缶)、しいたけ、ごま、にんにく、	クラッカー	26	日														
11	土	パン くだもの 牛乳						27	月	みそ炒め丼 大根サラダ 豆腐みそ汁	★ジャムサンド 牛乳	七分つき米、食パン、マヨネーズ、油、片栗粉、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(赤色辛みそ)	キャベツ、レタス、きゅうり、ねぎ、ピーマン、だいこん、いちごジャム、赤ピーマン、にんじん、カットわかめ、にんにく、しょう	ビスケット								
12	日							28	火	ロールパン ササミチーズかつ ポテトサラダ バナナ	ゼリー	ロールパン、じゃがいも、マヨネーズ	ハム	バナナ、きゅうり、にんじん、コーン缶	FeCaウエハース								
13	月	御飯 大根そばろ煮 キャベツのツナマヨあえ なめこみそ汁	バームクーヘン 牛乳	米、マヨネーズ、砂糖、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、さつま揚げ、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、淡色みそ	だいこん、キャベツ、きゅうり、ねぎ、なめこ、にんじん	ビスケット	29	水	御飯 マーボー豆腐 キャベツの胡麻マヨあえ じゃがいものみそ汁	たまごパン 牛乳	米、食パン、じゃがいも、マヨネーズ、ごま油、片栗粉、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、米みそ(甘みそ)	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、しいたけ、にら、ごま	ゼリー								
14	火	ロールパン・ジャム ミートボールのトマトシチュー マカロニサラダ バナナ	プリン	ロールパン、じゃがいも、マヨネーズ、マカロニ・スパゲティ、片栗粉、米粉	豚ひき肉、牛ひき肉、ハム	バナナ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、きゅうり、キャベツ、いちごジャム	FeCaウエハース	30	木	御飯 肉じゃが スパサラ もやしのみそ汁	せんべい ジョア	米、じゃがいも、マヨネーズ、マカロニ・スパゲティ、油、砂糖	ジョア、豚肉(肩ロース)、生揚げ、ハム、米みそ(淡色辛みそ)	もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、カットわかめ	クラッカー								
15	水	ケチャップライス えびフライ(以) コロッケ(未) ゆでプロッコリー	★おたのしみ 牛乳	七分つき米、小麦粉、砂糖、バター、油	牛乳、鶏ひき肉、脱脂粉乳	プロッコリー、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、カットわかめ	ゼリー	31	金	☆卒園・進級お祝い☆ 赤飯 筑前煮 すまし汁	★おたのしみ 牛乳	七分つき米、小麦粉、もち米、砂糖、バター	牛乳、さわら、鶏もも肉、あずき(乾)、脱脂粉乳	いちご、はくさい、にんじん、れんこん、えのきたけ、板こんにゃく、たけのこ(ゆで)、ごぼう、いんげん、ごま	せんべい								
16	木	御飯 かじきの煮つけ ほうれんそうの納豆和え 豚汁	コーンフレーク 牛乳	米、コーンフレーク、砂糖	牛乳、かじき、挽きわり納豆、豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	はくさい、ほうれんそう、にんじん、ねぎ、しょうが	せんべい	<table border="1"> <tr> <td rowspan="4">1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)</td> <td>エネルギー</td> <td>515 kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>19.8 g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>17.0 g</td> </tr> <tr> <td>塩分</td> <td>1.8 g</td> </tr> </table>							1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー	515 kcal	たんぱく質	19.8 g	脂質	17.0 g	塩分	1.8 g
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー	515 kcal																					
	たんぱく質	19.8 g																					
	脂質	17.0 g																					
	塩分	1.8 g																					

○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。