

3月予定献立表

※離乳食は基本的に色の食材をすったり、刻んだりして使用しています。ソーセージは卵不使用を使っています。

※**ピンク色**は、**初期・中期**の材料です。**青色**は**中期**のおやつです。

※**黄色**は**卵アレルギー**です。

すぎ保育園

曜日	献立名	材 料	お や つ
1 日 (金)	ちらし寿司 焼売 海老のすまし汁 菜の花風和え	米・干しいたけ・れんこん・人参・カニカマ・錦糸卵 冷凍焼売(鶏ひき・豆腐)・トマト ガラ・ムキエビ(豆腐)・みつ葉・細たけのこ・わかめ 小松菜・ほうれん草・人参・コーン缶・かつお節	ゼリー・お菓子 カップゼリー・お菓子 カップゼリー・お菓子
2 日 (土)	小松菜の豚ひき丼 豆腐のみそ汁 キャベツのごま和え	米・豚ひき(鶏ひき)・小松菜・人参・卵 豆腐・人参・わかめ・葱 キャベツ・ごま	プリン 卵・牛乳・ホイップ・果物 ゼリー・果物
4 日 (月)	ごはん 根菜煮 もずくのみそ汁 しらす納豆和え	米 鶏もも細切(鶏ひき)・ごぼう・れんこん・人参・しいたけ・大根・いんげん もずく・豆腐・えのき草・葱 しらす・ひきわり納豆・人参・ほうれん草・ごま	スティックポテト さつまいも マッシュポテト
5 日 (火)	鶏南蛮うどん 白身魚の西京焼き ヨーグルト	干しうどん(米)・鶏ひき・人参・しいたけ・葱 白身魚・トマト ソフールヨーグルト(プレーンヨーグルト)	天むす風おにぎり ごはん・てんかす・桜えび・ごま・海苔 おかゆ
6 日 (水)	ごはん ニラと豆腐のチャンプル 大根スープ 焼き豚サラダ	米 豚バラ・木綿豆腐・人参・ニラ・パプリカ(赤)・かつお節 ガラ・大根・人参・葱 焼き豚・レタス・サニーレタス・胡瓜・人参・ごま	お好み焼き お好み焼き粉・長いも・卵・キャベツ・桜えび・かつお節・青のり・マヨ・お好みソース パンケーキ
7 日 (木)	ごはん チキンソテー あったかつみれ汁 カニカマサラダ	米 鶏もも(ささみ細切)・ブロッコリー 鶏ひき・豆腐・しいたけ・人参・葱 カニカマ・キャベツ・胡瓜・玉ねぎ・マヨ	パウンドケーキ 薄力粉・アーモンドプードル・バター・BP・卵 パンケーキ
8 日 (金)	ごはん 白身魚フライ コンソメスープ キャベツ・ウインナー卵炒め	米 冷凍白身魚フライ(ささみ細切)・トマト ガラ・大根・人参・パプリカ(赤)・ピーマン キャベツ・ウインナー・卵	フルーツヨーグルト バナナ・果物缶・プレーンヨーグルト・お菓子 ヨーグルト・お菓子
9 日 (土)	親子丼 青菜のみそ汁 大根の梅昆布和え	米・鶏もも細切(ささみ細切)・玉ねぎ・みつ葉・卵 小松菜・油揚げ・人参・葱 大根・梅干し・さざなみ昆布・ごま	ソーセージパイ ウインナー・冷凍パイシート・卵 パンケーキ
11 日 (月)	ごはん 味噌バター肉じゃが ふのりのスープ おろしなめこ和え	米 豚バラ(ささみ細切)じゃが芋・人参・玉ねぎ・しいたけ・マロニー・バター ふのり・豆腐・しめじ・葱 大根・なめこ・瓶なめたけ	季節のフルーチェ フルーチェ・牛乳・果物 ゼリー・お菓子
12 日 (火)	焼きたらこスパゲティ 春ポトフ シーザーサラダ	スパゲティ(米) 甘口たらこ(鶏ひき)・大葉・万能葱・刻み海苔・バター ガラ・ウインナー・キャベツ・人参・玉ねぎ・じゃが芋 ベーコン・レタス・サニーレタス・胡瓜・粉チーズ・マヨ・牛乳	わかめおにぎり ごはん・わかめごはんの素 おかゆ
13 日 (水)	ごはん 鶏肉の中華炒め わかめスープ 春雨サラダ	米 鶏もも(ささみ細切)・パプリカ(赤)・ピーマン・玉ねぎ ガラ・わかめ・えのき草・人参・葱 春雨・胡瓜・人参・ハム・ごま	ツナトースト 食パン・ツナ缶・玉ねぎ・マヨ・ピザチーズ ジャムトースト
14 日 (木)	ごはん 白身魚のトマトチーズ焼き 白菜のみそ汁 人参シリシリ	米 白身魚・ピザチーズ・トマト・玉ねぎ・粉パセリ 白菜・人参・油揚げ・葱 人参・卵・ごま	ブラウニーケーキ 薄力粉・BP・バター・純ココア・卵・粉砂糖 パンケーキ
15 日 (金)	ごはん 鶏の照り煮 チキンスープ わかめサラダ	米 鶏もも(ささみ細切)・生姜・卵・ブロッコリー 鶏ひき・キャベツ・人参・万能葱 わかめ・胡瓜・人参・カニカマ・春雨・ごま	フライドポテト 冷凍ポテト(じゃが芋) マッシュポテト

曜日	献立名	材 料	お や つ
16 日 (土)			
18 日 (月)	ごはん 甘塩鮭焼き 根菜のみそ汁 わかめの酢の物	米 甘塩鮭(白身魚)・トマト ごぼう・冷凍里芋・人参・大根・葱 わかめ・人参・胡瓜・カニカマ・コーン缶	ソフトミルクゼリー ミルクゼリー・牛乳・果物 ゼリー・お菓子
19 日 (火)	豚ひき餡かけうどん 鶏つくね焼き	干しうどん(米)・豚ひき(鶏ひき)・もやし・人参・万能葱 鶏ひき・豆腐・葱・卵・ブロッコリー	焼きおにぎり ごはん・醤油 おかゆ
20 日 (水)			
21 日 (木)	わかめごはん ししゃも天 豚汁 ささみ和え	米・花むすび ししゃも(白身魚)・ブロッコリー 豚バラ・ささがきごぼう・人参・大根・じゃが芋・葱 ささみ・胡瓜・キャベツ・ごま	きんとん さつまいも マッシュポテト
☆三 22 日 (金)	カレーライス から揚げ ABCスープ マカロニサラダ ブッチンプリン	米・鶏もも細切(ささみ細切)・玉ねぎ・じゃが芋・人参・りんご・ルー 鶏もも(ささみ細切れ) 生姜 ABCマカロニ・人参・玉ねぎ・ウインナー・コーン缶 マカロニ・カニカマ・胡瓜・玉ねぎ・人参・マヨ ブッチンプリン・(プレーンヨーグルト)・健康ヨーグルト	ぶどうゼリー かんてんぱぱゼリー・果物 ゼリー・お菓子
23 日 (土)	衣笠丼 鶏の甘辛焼き わかめのみそ汁	米・油揚げ・葱・卵 鶏もも(ささみ細切)・トマト わかめ・豆腐・人参・葱	梅わかめおにぎり ごはん・花むすび・梅干し おかゆ
25 日 (月)	ごはん 焼肉 かきたまスープ もやしナムル	米 豚生姜用(ささみ細切)・玉ねぎ・パプリカ(赤)・ピーマン ガラ・卵・えのき茸・人参・葱 もやし・ごま	かりんとう マカロニ・きなこ(さつまいも) マッシュポテト
26 日 (火)	ミートスパゲティ イタリアンスープ ポテトサラダ	スパゲティ(米)・豚ひき(鶏ひき)・玉ねぎ・トマト缶 ガラ・キャベツ・人参・卵・粉チーズ じゃが芋・人参・玉ねぎ・胡瓜・ハム・マヨ	青菜おにぎり ごはん・青菜の素 おかゆ
27 日 (水)	ごはん 白身魚煮 厚揚げのみそ汁 白菜のお浸し	米 白身魚・生姜・ブロッコリー 厚揚げ(豆腐)・人参・しめじ・葱 白菜・人参・かつお節	ピザトースト 食パン・トマト缶・たまねぎ・ピーマン・ウインナー・ピザチーズ ジャムトースト
28 日 (木)	ごはん ハンバーグ オニオンスープ ジャーマンポテト	米 豚ひき(鶏ひき)・豆腐・玉ねぎ・パン粉・卵・ブロッコリー ガラ・玉ねぎ・玉麩 冷凍皮付きポテト(じゃが芋)・ウインナー・玉ねぎ	パンケーキ ホットケーキMix・卵・バター・牛乳・ケーキシロップ パンケーキ
29 日 (金)	アメリカンピラフ 海老フライ キャベツスープ タルタルサラダ	米・ベーコン・玉ねぎ・人参・パプリカ(赤)・バター 冷凍エビフライ(ささみ)・トマト ガラ・キャベツ・人参 卵・玉ねぎ・粉パセリ・マヨ	クラッシュゼリー かんてんぱぱゼリー・果物 ゼリー・お菓子
30 日 (土)	ピピンバ 中華スープ たたき胡瓜	米・豚ひき(鶏ひき)・ほうれん草・もやし・人参・ごま ガラ・キクラゲ・人参・玉ねぎ・卵 胡瓜・ごま	あんぱん 強力粉・薄力粉・イースト・卵・バター・こしあん パンケーキ

※☆三は、お楽しみメニューになります。

