

2024年



献立表

しのめ並木保育園

		朝のおやつ		昼 食				3時のおやつ			
日付	曜日	幼児	乳児	主 食	主 菜			汁 物	デザート	幼児・乳児	
1	月	麦茶	牛乳 ぱりんこ	お粥系 (精白米・お粥・塩・黒ごま)	カレイの照り焼き (カレイ、醤油、みりん、三温糖)	人参のたらこ炒め (人参、もやし、たらこ、昆布茶)	ほうれん草の酢味噌和え (ほうれん草、黄パプリカ、酢、味噌、三温糖)	すまし汁 (花麩・三つ葉)		ココアブラウニー (小麦粉、卵、三温糖、油、ココア、牛乳)	牛乳
2	火	麦茶	牛乳 マリ	(精白米、押麦、鶏もも肉、じゃが芋、人参、カレールウ、スキムミルク)	カレーライス	シーザーサラダ (レタス、ブロッコリー、コーン缶、ヨーグルト、マヨネーズ、粉チーズ、塩、クルトン)	人参サラダ (人参、三温糖、バター)	コンソメスープ (カリフラワー・小松菜)	バナナ	ストロベリーブレッド	牛乳
3	水	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯 (精白米・押麦)	ハンバーグ (豚ひき肉、牛ひき肉、玉葱、パプリカ、スキムミルク、牛乳、卵、塩、ケチャップ、ウスターソース)	人参グラッセ (人参、三温糖、バター)	コンソメスープ (人参、三温糖、バター)	中華スープ (玉葱・トマト)		バイクドチーズケーキ (クリームチーズ、ホットケーキミックス、三温糖、レモン汁、牛乳)	牛乳
4	木	麦茶	牛乳 チーズ	ご飯 (精白米・押麦)	厚揚げの味噌マヨ焼き (厚揚げ、味噌、マヨネーズ、みりん)	ピーマンソテー (ピーマン、赤パプリカ、にら、中華味、醤油、ごま油)	ナムル (ほうれん草、人参、もやし、醤油、塩、ごま油、ごま)	鶏ガラスープ (南瓜・小葱)		筍ご飯 (精白米、押麦、筍、醤油、みりん、三温糖、三つ葉、塩)	麦茶
5	金	麦茶	牛乳 ウエハース	ご飯 (精白米・押麦)	はんぺんのたらまヨ (はんぺん、たらこ、マヨネーズ、スキムミルク)	野菜炒め (キャベツ、人参、しめじ、味噌、みりん、塩)	胡瓜の塩昆布和え (胡瓜、もやし、塩昆布、醤油)			スペシャルレーズンブレッド	牛乳
6	土	麦茶	牛乳 チョイス	ご飯 (精白米、押麦、豚ひき肉、醤油、みりん、三温糖、にんにく、人参、ほうれん草、もやし、醤油、鶏ガラ、ごま油、ごま)	ピピンパ舞	中華スープ (レタス・玉葱)			りんご	マドレーヌ (小麦粉、卵、バター、三温糖、バニラエッセンス)	牛乳
8	月	麦茶	牛乳 チーズ	ご飯 (精白米・押麦)	麻婆豆腐 (木綿豆腐、鶏ひき肉、長葱、にら、味噌、醤油、玉葱、にんにく、しょうが、ごま油、片栗粉)	かぶのグリル (かぶ、かぶの葉、鶏ガラ)	にんじんのゆかり和え (にんじん、ゆかり、塩)	鶏ガラスープ (水菜・春雨)		シュガーハイ (パイシート、グラニュー糖)	牛乳
9	火	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯 (精白米・押麦)	さばのトマト焼き (さば、トマト缶、にんにく、三温糖、コンソメ)	春色ソテー (キャベツ、黄パプリカ、人参、中華味、塩、ごま油)	ポテトサラダ (じゃが芋、ベーコン、胡瓜、マヨネーズ、スキムミルク)	コンソメスープ (コーン缶・ブロッコリー)		つぶあんぱん	牛乳
10	水	麦茶	牛乳 ムーンライト	ご飯 (精白米・押麦)	鶏もも肉の照り焼き (鶏もも肉、醤油、みりん、三温糖)	マカロニソテー (マカロニ、人参、玉葱、コンソメ、塩、オリーブ油)	わかめの酢の物 (わかめ、胡瓜、カニカマ、酢、三温糖、塩)	味噌汁 (筍・ほうれん草)		そぼろご飯 (精白米、押麦、鶏ひき肉、醤油、みりん、三温糖)	麦茶
11	木	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ご飯 (精白米・押麦)	サーモンのムニエル (サーモン、小麦粉、塩、バター)	もやし炒め (もやし、人参、中華味、塩)	キャベツとハムのマリネ (キャベツ、黄パプリカ、ハム、酢、三温糖、塩、オリーブ油)	コンソメスープ (大根・トマト)		きつねうどん (うどん、油揚げ、醤油、みりん、三温糖、長葱)	麦茶
12	金	麦茶	牛乳 ウエハース	ご飯 (精白米・押麦)	唐揚げ (鶏もも肉、醤油、しょうが、にんにく、鶏ガラ、ごま油、片栗粉、小麦粉、油)	ひじきの煮物 (ひじき、人参、油揚げ、醤油、みりん、三温糖)	カリフラワーのサラダ (カリフラワー、アスパラガス、ゆかりごま、醤油、三温糖、ごま)	中華スープ (レタス・玉葱)		チーズパン	牛乳
13	土	麦茶	牛乳 マリ	トマトとツナのバゲティ (スバゲティ、ツナ缶、ベーコン、玉葱、えのき、トマト缶、コンソメ、塩、三温糖、オリーブ油)		彩りサラダ (レタス、赤パプリカ、コーン缶、酢、三温糖、塩)			オレンジ	天かすおにぎり (精白米、押麦、天かす、小葱、麵つゆ、海苔)	麦茶
15	月	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯 (精白米・押麦)	かじきのレモン煮 (かじき、レモン汁、醤油、みりん)	筍の煮物 (筍、絹さや、醤油、みりん、三温糖)	素麺サラダ (素麺、胡瓜、人参、マヨネーズ、スキムミルク)	コンソメスープ (カリフラワー・ほうれん草)		カルピスみかんゼリー・ウエハース (カルピス、みかん缶、寒天) (ウエハース)	牛乳
16	火	麦茶	牛乳 チョイス	ご飯 (精白米・押麦)	牛肉の甘辛炒め (牛小間肉、にら、玉葱、人参、醤油、みりん、三温糖、しょうが、酒)	南瓜のオープン焼き (南瓜)	春雨サラダ (春雨、胡瓜、ハム、酢、醤油、ごま油、ごま)	中華スープ (もやし・トマト)		キャラメルブレッド	牛乳
17	水	麦茶	牛乳 チーズ	ご飯 (精白米・押麦)	あじのパン粉焼き (あじ、パン粉、粉チーズ、バジル粉、塩、オリーブ油)	にらと玉葱のソテー (にら、玉葱、中華味、塩)	たくあんサラダ (キャベツ、水菜、たくあん、マヨネーズ、スキムミルク)	味噌汁 (じゃが芋・えのき)		ホットケーキ (ホットケーキミックス、スキムミルク、三温糖、牛乳、バター、メープルシロップ)	牛乳
18	木	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ご飯 (精白米・押麦)	鶏もも肉のごま味噌焼き (鶏もも肉、味噌、みりん、三温糖、ごま)	人参ともやしの炒め物 (人参、もやし、鶏ガラ、塩、油)	チョレギサラダ (レタス、胡瓜、長葱、酢、醤油、塩、にんにく、刻みゆかり)	中華スープ (わかめ・玉葱)		味噌ラーメン (味噌、鶏ひき肉、コーン缶、キャベツ、醤油、スキムミルク、鶏ガラ、にんにく、塩、醤油)	麦茶
19	金	麦茶	牛乳 マリ	ご飯 (精白米・押麦)	厚揚げ南蛮 (厚揚げ、醤油、みりん、三温糖、片栗粉、卵、玉葱、マヨネーズ、スキムミルク)	切干大根の煮物 (切干し大根、人参、ちくわ、醤油、みりん、三温糖)	小松菜のしらす和え (小松菜、赤パプリカ、しらす、醤油、かつお節)	鶏ガラスープ (しめじ・ブロッコリー)		ウインナーパン	牛乳
20	土	麦茶	牛乳 星食べよ	(精白米、押麦、鶏小間肉、玉葱、醤油、みりん、酒、三温糖、卵、三つ葉)	親子丼	味噌汁 (人参、しめじ、レタス)			グレープフルーツ	うずまきクッキー (小麦粉、バター、三温糖、ココア)	牛乳
22	月	麦茶	牛乳 ムーンライト	ご飯 (精白米・押麦)	生姜焼き (豚小間肉、玉葱、もやし、卵、醤油、みりん、酒、三温糖、しょうが、油)	ブロッコリーのオープン焼き (ブロッコリー、塩)	キャロットラペ (人参、レーズン、酢、三温糖、オリーブ油、塩)	コンソメスープ (えのき・南瓜)		マカロコきな粉 (マカロニ、きな粉、三温糖)	ジョア (プレーン)
23	火	麦茶	牛乳 ぱりんこ	ミートソースバゲティ (スバゲティ、鶏ひき肉、玉葱、トマト、ウスターソース、トマト缶、コンソメ、塩、三温糖、ケチャップ、にんにく、オリーブ油)		レタスサラダ (レタス、アスパラガス、ハム、ヨーグルト、マヨネーズ、スキムミルク、塩、粉チーズ)			小粒ゼリー	ミルクブレッド	牛乳
24	水	麦茶	牛乳 ウエハース	豆腐のチャンプルー (木綿豆腐、豚小間肉、もやし、卵、醤油、みりん、酒、三温糖、かつお節)		グリルポテト (じゃが芋、塩、油)	新玉葱のサラダ (新玉葱、ボン酢、かつお節)	中華スープ (にら・筍)		ピピンパ風混ぜご飯 (精白米、押麦、鶏ひき肉、人参、ほうれん草、醤油、みりん、三温糖、ごま油、ごま)	麦茶
25	木	麦茶	牛乳 星食べよ	ご飯 (精白米・押麦)	鯖の西京焼き (鯖、味噌、酒、みりん、三温糖)	がんもの煮物 (がんも、人参、大根、醤油、みりん、三温糖)	レタスのごまサラダ (レタス、胡瓜、コーン缶、練りごま、ごま、醤油、三温糖)	すまし汁 (舞茸・長葱)		クッキー (小麦粉、バター、三温糖)	牛乳
26	金	麦茶	牛乳 チョイス	ご飯 (精白米・押麦)	鶏ささみのピカタ (鶏ささみ、小麦粉、卵、塩、粉チーズ、ケチャップ)	キャベツのソテー (キャベツ、人参、黄パプリカ、味噌、醤油、みりん)	トマトのマリネ (トマト、玉葱、酢、三温糖、塩、オリーブ油)	コンソメスープ (なす・もやし)		ココアロールパン	牛乳
27	土	麦茶	牛乳 ぱりんこ	(うどん、納豆、しらす、小葱、刻みゆかり、めんつゆ)	ねばねばうどん	豚汁 (豚小間肉、人参、大根、玉葱、さつまいも)			りんご	ツナおにぎり (精白米、押麦、ツナ缶、塩昆布、醤油、塩、海苔)	麦茶
29	月	麦茶			昭和の日						
30	火	麦茶	牛乳 ウエハース	ご飯 (精白米・押麦)	サーモンの塩焼き (サーモン、塩)	ほうれん草のソテー (ほうれん草、人参、もやし、コンソメ、塩、バター)	マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、ハム、マヨネーズ、スキムミルク)	コンソメスープ (レタス・玉葱)		麩のココアラスク・バナナ (麩、バター、ココア、グラニュー糖)	牛乳

