

2024年 3月 献立表【幼児食】

* 補食(18:30のおやつ)…野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー

しののめ会 聖星保育園

| 日付 | 曜日 | 朝おやつ | | 主食 | 主菜 | 副菜1 | 副菜2 | 汁物 | デザート | 午後おやつ | |
|----|----|-----------------|--------|---|--|---|---|--|--|--|-------------|
| | | 乳児 | 幼児 | | | | | | | | |
| 1 | 金 | どうぶつビスケット 牛乳 | 麦茶 | なかよし遠足(きりん・くま・らいおん組は家庭弁当のご用意をお願いします) | | | | | | | メープルブレッド、牛乳 |
| 2 | 土 | チーズ 麦茶 | 麦茶 | ツナの和風パスタ (スパゲティー、塩、オリーブ油、ツナ缶、玉ねぎ、えのき、まいたけ、しめじ、にんにく、麺つゆ、鶏がら、オイスターソース、バター) | | かぶのグリル (かぶ、ベーコン、オリーブ油、塩) | | スープ (かぶの葉、にんじん、コンソメ) | | 塩昆布おにぎり、牛乳 (米、塩昆布、ごま、のり) | |
| 4 | 月 | クラッカー 牛乳 | 野菜ジュース | ちらし寿司 (米、厚焼き卵、かんぴょう、にんじん、油揚げ、しょう油、砂糖、酢、塩、絹さや、桜でんぶ、のり) | | 鶏肉の梅みそ焼き (鶏もも肉、酒、しょうが、にんにく、梅干し、みそ、みりん、砂糖、しょう油) | | 春キャベツのごま和え (キャベツ、もやし、すりごま、ごま、しょう油、砂糖) | すまし汁 (まり麩、みつ葉、しょう油、塩) | 3色ゼリー、ビスケット、牛乳 (牛乳、砂糖、食紅、寒天粉、黄桃缶)(マリービスケット) | |
| 5 | 火 | にぼし 麦茶 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | ハンバーグ (牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、絹ごし豆腐、パン粉、牛乳、にんにく、コンソメ、デミグラスソース缶、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、しょう油) | | にんじんマッシュポテト (じゃが芋、にんじん、牛乳、バター、コンソメ、塩、パセリ粉) | フレンチサラダ (サニーレタス、きゅうり、玉ねぎ、りんご酢、砂糖、オリーブ油、塩) | みそ汁 (切干大根、ごぼう、みそ) | チーズパン、牛乳 | |
| 6 | 水 | 胚芽スティック 牛乳 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | ぶりのオレンジ照り焼き (ぶり、酒、みりん、しょう油、砂糖、マーマレードジャム、しょうが) | | 車麩のとろみ煮 (車麩、にんじん、グリーンピース、砂糖、しょう油、片栗粉) | 白菜のポン酢和え (白菜、削り節、ポン酢、砂糖) | みそ汁 (油揚げ、小ねぎ、みそ) | 鶏そぼろごはん、牛乳 (米、鶏ひき肉、高野豆腐、卵、酒、しょう油、みりん、砂糖) | |
| 7 | 木 | ウエハース 野菜ジュース | 麦茶 | お魚ふりかけごはん | 鶏ささみのザクザク揚げ(おろしだれ) (鶏ささみ、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、揚げ玉、油、大根、麺つゆ、しょう油)(レタス) | | みそじゃが (じゃが芋、片栗粉、油、みそ、砂糖、みりん、あられ) | 菜の花のミモザサラダ (菜の花、もやし、卵、マヨネーズ、スキムミルク、塩) | すまし汁 (かぶ、かぶの葉、しょう油、塩) | いちご キャラメルバターケーキ、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、バター、生クリーム、粉チーズ、粉砂糖) | |
| 8 | 金 | プルーン 豆乳 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | サーモンと新玉ねぎのマリネ (サーモン、酒、片栗粉、油、玉ねぎ、酢、砂糖、しょう油) | | 鶏レバーの甘辛煮 (鶏レバー、酒、しょうが、にんにく、しょう油、砂糖、みりん、ごま) | ほうれん草のねばねば和え (ほうれん草、にんじん、もやし、なめたけ、納豆、しょう油、砂糖) | 豚汁 (豚肉、大根、ごぼう、長ねぎ、みそ) | オレンジブレッド、牛乳 | |
| 9 | 土 | どうぶつビスケット 牛乳 | 麦茶 | ソース焼きそば (中華麺、豚肩肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし、にんじん、中濃ソース、鶏がら、青のり、油) | | カリフラワーのピクルス (カリフラワー、赤・黄パプリカ、酢、砂糖、塩) | | みそ汁 (チンゲン菜、しめじ、みそ) | | しらすと小松菜のおにぎり、牛乳 (米、しらす、小松菜、たくあん、塩、のり) | |
| 11 | 月 | バナナ 牛乳 | 牛乳 | ごはん (米、押麦) | 豚肉のたれ焼き (豚肩ロース肉、酒、玉ねぎ、りんご、にんにく、しょうが、しょう油、みりん、砂糖、みそ、ごま、ごま油) | | きんぴらごぼう (ごぼう、にんじん、しょう油、砂糖、みりん、油) | セロリとかぶのチーズ浅漬け (セロリ、かぶ、チーズ、塩、昆布茶、白だし、しょうが) | すまし汁 (素麺、水菜、かぶの葉、しょう油、塩) | クリームマカロニ、麦茶 (マカロニ、鶏ひき肉、玉ねぎ、じゃが芋、マッシュルーム、にんじん、ホワイトソース缶、牛乳、酒、コンソメ、パセリ粉) | |
| 12 | 火 | クラッカー 牛乳 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | かじきのピカタ (かじき、酒、小麦粉、卵、塩、粉チーズ、油、ケチャップ、パセリ粉) | | キャベツの洋風煮びたし (キャベツ、コーン缶、にんじん、コンソメ) | 白菜とりんごのサラダ (白菜、りんご、酢、砂糖、油、塩) | オニオングラタン風スープ (油麩、玉ねぎ、コンソメ) | 照り焼きチキンパン、牛乳 | |
| 13 | 水 | チーズ 麦茶 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | 牛肉とブロッコリーのオイスターソース炒め (牛肩肉、玉ねぎ、ブロッコリー、オイスターソース、しょう油、砂糖、鶏がら、にんにく、しょうが、片栗粉) | | 厚揚げとかぶの含め煮 (厚揚げ、かぶ、しょう油、砂糖) | もやしと水菜のナムル (もやし、水菜、にんじん、鶏がら、ごま油) | 中華スープ (かぶの葉、わかめ、鶏がら) | ゆかりクッキー、牛乳 (小麦粉、砂糖、バター、ゆかり) | |
| 14 | 木 | プルーン 牛乳 | 牛乳 | えびカツパーガー (パンズ、はんぺん、えび、鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、コンソメ、にんにく、パン粉、油、ケチャップ、マヨネーズ、ピクルス、レタス、チーズ) | | ローストポテト (じゃが芋、油、塩、パセリ粉) | | 野菜スープ (ブロッコリー、にんじん、コーン缶、コンソメ) | 牛乳ゼリー (牛乳、みかん缶、砂糖、寒天粉) | さけ茶漬け、麦茶 (米、さけフレーク、小ねぎ、のり、しょう油、塩) | |
| 15 | 金 | にぼし 麦茶 | 麦茶 | わかめおにぎり (米、炊き込みわかめ、のり) | 鶏のから揚げ (鶏もも肉、しょうが、にんにく、しょう油、酒、片栗粉、油) | | マカロニのカレーソーテー (マカロニ、玉ねぎ、ピーマン、中濃ソース、コンソメ、カレー粉、バター、オリーブ油、塩) | 小松菜のおかか和え (小松菜、えのき、にんじん、しょう油、砂糖、削り節) | はっさく | スペシャルレーズンブレッド、牛乳 | |
| 16 | 土 | 胚芽スティック 牛乳 | 麦茶 | ハヤシライス (米、豚肩肉、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト缶、ケチャップ、ハヤシルウ、スキムミルク、コンソメ、砂糖) | | ほうれん草のソテー (ほうれん草、コーン缶、コンソメ、バター) | | スープ (レタス、もやし、鶏がら) | | 黒糖ココア蒸しパン、牛乳 (ホットケーキミックス、黒糖、ココアパウダー、牛乳、バター、油) | |
| 18 | 月 | チーズ 麦茶 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | さばのごまみりん焼き (さば、酒、みりん、しょう油、砂糖、ごま) | | 大根のみそそぼろ煮 (大根、にんじん、鶏ひき肉、みそ、しょう油、砂糖、酒、片栗粉) | 新じゃが芋の梅マヨサラダ (じゃが芋、玉ねぎ、絹さや、梅干し、マヨネーズ、スキムミルク、塩) | 春雨スープ (春雨、えのき、鶏がら) | アップルシナモンケーキ、牛乳 (小麦粉、砂糖、カスタードソース、ベーキングパウダー、牛乳、塩、りんご、はちみつ、バター、シナモン) | |
| 19 | 火 | バナナ 豆乳 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | 豚肉のポン酢煮 (豚肩ロース肉、酒、しょうが、にんにく、ポン酢、黒糖、片栗粉) | | 新玉ねぎのステーキ (玉ねぎ、バター、しょう油、コンソメ、パセリ粉) | チンゲン菜の和え物 (チンゲン菜、もやし、にんじん、ちくわ、練りごま、すりごま、しょう油、砂糖) | みそ汁 (かぼちゃ、にら、みそ) | 焼きカレーパン、牛乳 | |
| 20 | 水 | 春分の日 | | | | | | | | | |
| 21 | 木 | にぼし 麦茶 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | かじきのケチャップ和え (かじき、にんにく、しょうが、酒、片栗粉、ごま油、ケチャップ、鶏がら、しょう油、砂糖) | | 青のリポテト (じゃが芋、青のり、塩) | コールスローサラダ (キャベツ、玉ねぎ、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク、塩) | すまし汁 (白菜、高野豆腐、しょう油、塩) | 桜もち、牛乳 (小麦粉、白玉粉、砂糖、桜パウダー、食紅、油、つぶあん) | |
| 22 | 金 | プルーン 牛乳 | 麦茶 | 牛丼 (米、胚芽米、牛肩肉、玉ねぎ、ごぼう、もやし、しょう油、砂糖、みりん、酒、片栗粉) | | 菜の花の酢みそ和え (菜の花、にんじん、酢、みそ、砂糖) | | | ぶどうゼリー (ぶどうジュース、砂糖、寒天粉) | ミルクブレッド、牛乳 | |
| 23 | 土 | クラッカー 牛乳 | 麦茶 | サンドイッチ(たまごサンド、和風チキンサンド、きな粉バターサンド) (食パン、卵、玉ねぎ、マヨネーズ、スキムミルク、塩、鶏ひき肉、しょうが、にんにく、しょう油、砂糖、酒、キャベツ、チーズ、きな粉、バター、練乳、砂糖) | | さつま芋スティック (さつま芋、バター、はちみつ、塩) | | ミルクスープ (にんじん、玉ねぎ、グリーンピース、牛乳、コンソメ) | バナナ | せんべい、ウエハース、野菜ジュース (ほしたべよ)(カル鉄ウエハース) | |
| 25 | 月 | どうぶつビスケット 牛乳 | 牛乳 | ごはん (米、押麦) | パーベキューチキン (鶏もも肉、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油、ケチャップ、オイスターソース、しょう油、砂糖、中濃ソース、カレー粉、バター、バジル粉) | | 菜の花とベーコンのソテー (菜の花、ベーコン、コンソメ) | スパゲティーサラダ (スパゲティー、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、スキムミルク、酢、油、塩) | みそ汁 (絹ごし豆腐、しめじ、みそ) | たけのこごはん、麦茶 (米、たけのこ、油揚げ、絹さや、白だし、塩) | |
| 26 | 火 | 胚芽スティック 牛乳 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | サーモンのフライ風 (サーモン、酒、小麦粉、牛乳、パン粉、油、中濃ソース) | | 根菜の煮物 (鶏ひき肉、ごぼう、にんじん、大根、グリーンピース、しょう油、みりん、砂糖) | 千切りキャベツ (キャベツ) | スープ (チンゲン菜、きくらげ、鶏がら) | ハムチーズロールパン、牛乳 | |
| 27 | 水 | チーズ 麦茶 | 麦茶 | ごはん (米、押麦) | 豚肉のしょうが炒め (豚肩肉、玉ねぎ、もやし、しょうが、しょう油、砂糖、みりん、酒) | | 焼きかぶの塩昆布和え (かぶ、かぶの葉、コーン缶、塩昆布、鶏がら) | わかめの酢の物 (わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩) | みそ汁 (ほうれん草、にんじん、みそ) | アメリカンドッグ、牛乳 (魚肉ソーセージ、ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、砂糖、牛乳、油、ケチャップ) | |
| 28 | 木 | プルーン 牛乳 | 牛乳 | ごはん (米、押麦) | かれのソテー きのこクリームソース (かれい、酒、小麦粉、コンソメ、バター、玉ねぎ、マッシュルーム、生クリーム、ミニアスパラガス、塩) | | かぼちゃのグリル (かぼちゃ、塩、パセリ粉、オリーブ油) | 和風シーザーサラダ (サニーレタス、パプリカ、ベーコン、マヨネーズ、牛乳、しょう油、みそ、にんにく、粉チーズ、納豆、コンソメ) | コーンスープ (クリームコーン缶、コーン缶、カリフラワー、豆乳、コンソメ) | きつねうどん、麦茶 (うどん、油揚げ、しょう油、砂糖、みりん、酒、麺つゆ、小ねぎ) | |
| 29 | 金 | にぼし 麦茶 | 麦茶 | カレーライス (米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、しめじ、トマトペースト、カレールウ、スキムミルク、しょう油、粉チーズ) | | きゅうりの甘酢づけ (きゅうり、酢、砂糖、しょう油、ごま) | | | ラッシー (ヨーグルト、牛乳、砂糖、レモン汁) | バターソフト(練乳いちごジャム)、牛乳 (いちごジャム、練乳、塩)(ココアパウダー、粉砂糖) | |
| 30 | 土 | ミレービスケット 牛乳 | 麦茶 | ミートソーススパゲティ (スパゲティー、豚ひき肉、高野豆腐、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、砂糖、塩、オリーブ油、にんにく、パセリ粉) | | ひじきのマヨ和え (ひじき、ごぼう、ツナ缶、もやし、マヨネーズ、スキムミルク、塩) | | | グレープフルーツ | コーンおにぎり、牛乳 (米、コーン缶、バター、しょう油、塩、のり) | |

1日(金)なかよし遠足 4日(月)ひな祭りメニュー 7日(木)誕生会 15日(金)聖星弁当 23日(土)卒園式

【旬の食材】かぶ、キャベツ、玉ねぎ、菜の花、絹さや、グリーンピース、わかめ、いよかん、はっさく…など

…らいおん組リクエストメニュー