



3月献立表



2017年度 烏山杉の子保育園分園みなみ風

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料
月	12/26	菜飯 白身魚のカレー焼き 糸こんにゃくと野菜のキンピラ たぬき汁	いちごパイ※ 牛乳※	米・かぶの葉・大根葉・しらす・鰯・ 生姜・薄力粉・こんにゃく・豚肉・人参・ 筍・干し椎茸・ごぼう・油揚げ・長葱・ 里芋・山椒・パイシート・いちご・牛乳	5/19	ごはん ★☆☆油淋鶏※ キャベツのナムル 中華風コーンスープ※	5日☆ちゃんぼん※ 19日ぼたもち お茶	米・鶏肉・長葱・きゅうり・もやし・ キャベツ・玉葱・筍・木耳・人参・ クリームコーン・コーン・青梗菜・卵・えのき・ 中華麺・豚肉・お茶・小豆
火	13/27	コーンパン 鶏肉のソテー コールスロー※ ひよこ豆のインド風スープ	ゼリー お茶	強力粉・イースト・コーン・鶏肉・薄力粉・ キャベツ・きゅうり・人参・レズン・マヨネーズ・ 豚肉・玉葱・えのき・ひよこ豆・ブロッコリー・ 生姜・アガー・ジュース・お茶	6/20	★☆☆タコライス※ 豆腐チャンプルー わかめスープ	☆サーターアンドギー※ 牛乳※	米・豚肉・玉葱・人参・ニンニク・レタス・ トマト・チーズ・豆腐・もやし・舞茸・ 長葱・干し椎茸・青梗菜・生姜・ わかめ・えのき・鶏肉・薄力粉・卵・ 牛乳
水	14/28	★三色ご飯※ 大根梅ドレッシング 具だくさんみそ汁	14日アイスホックスクッキー※ 28日★抹茶アイス※ 牛乳※	米・鶏肉・生姜・卵・ほうれん草・大根・ 水菜・きゅうり・人参・梅干し・オカ・ かぶ・じゃが芋・えのき・玉葱・小松菜・ 油揚げ・切り干し大根・マーガリン・薄力粉・ 牛乳・生クリーム・抹茶	7/30 金	食パン(ジャム) ポークピカタ※ グリーンサラダ チリコンカンスープ	焼き味噌おにぎり お茶	食パン・ジャム・豚肉・薄力粉・卵・ チーズ・サニーレタス・きゅうり・ミニトマト・ コーン・人参・アスパラ・玉葱・エリンギ・ ベーコン・大豆・トマト・ブロッコリー・ニンニク・ 米・お茶
木	1/29	玄米ごはん ★じゃこ豆腐※ いんげんの生姜浸し ひつつみ汁	お芋のスフレ※ 牛乳※	玄米・豆腐・しらす・ベーコン・いんげん・ 人参・もやし・生姜・オカ・長葱・ごぼう・ こんにゃく・大根・舞茸・みつば・鶏肉・ 里芋・薄力粉・油揚げ・さつま芋・卵・ マーガリン・牛乳	8/22	玄米ごはん 鱈の生姜焼き 切り干し大根の煮物 豚肉とほうれん草のみそ汁	8日デコレーションケーキ※ 22日★☆☆いちごのショートケーキ※ 牛乳※	玄米・鱈・万能葱・生姜・人参・ 切り干し大根・油揚げ・こんにゃく・ ごぼう・干し椎茸・玉葱・ほうれん草・ 豚肉・えのき・じゃが芋・もやし・卵・ 薄力粉・生クリーム・いちご・バナナ・オレンジ・ 桃缶・牛乳・マーガリン
金	2/16	ひなちらし※ さつま芋とごぼうの甘辛からめ 潮汁	2日桜餅・ひなあられ 16日☆ちゃんぼん※ お茶	米・海老・鰻・蓮根・干し椎茸・人参・ かんぴょう・卵・絹さや・ごぼう・さつま芋・ 蛤・長葱・えのき・しめじ・ほうれん草・ 麩・薄力粉・白玉粉・小豆・桜の葉・ ひなあられ・お茶・中華麺・豚肉・キャベツ・ もやし・玉葱・コーン	9/23	☆カレーうどん さつま芋りんご煮※ トマトサラダ	9日きなこクッキー※ 23日ハニークッキー※ 牛乳※	乾麺・豚肉・長葱・人参・玉葱・ 干し椎茸・ほうれん草・しめじ・ カレールウ・さつま芋・りんご・マーガリン・ トマト・レタス・薄力粉・きな粉・牛乳・ ココア・はちみつ
土	3/17	焼き鳥井 けんちん汁	お菓子※ 牛乳※	米・鶏肉・長葱・人参・里芋・ こんにゃく・大根・油揚げ・小松菜・ 豆腐・ごぼう・お菓子・牛乳	10/24/31	中華風おこわ かぶのスープ	お菓子※ 牛乳※	米・生姜・ニンニク・豚肉・干し椎茸・ 人参・筍・玉葱・かぶ・鶏肉・ じゃが芋・えのき・かぶの葉・ お菓子・牛乳

🍎 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 582kcal たんぱく質 22.2g 脂質 19.0g 塩分 1.6g

🍎 代替え食(アレルギー等)

代替え食とは、アレルギーのあるお子さんに対して、食べられない食品を除き食べられる食品で作る料理です。

献立名に※印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。
今月除去対象の食品は、鶏卵・乳・乳製品です。

🍎 ★・☆印のメニューは5歳児グループ(★:本園くじらグループ、☆:分園あみずグループ)のアンコールメニューです。

🍎 玄米ごはんのメニューの日は、1歳児グループは七分搗き米に替えて提供します。

🍎 15日(木)はお別れ遠足です。

おやつ→お芋のスフレ※ 牛乳※
(さつま芋・卵・薄力粉・マーガリン・牛乳)



お誕生日を祝って

今月のデザート

今月のおやつ



いちご

デコレーションケーキ



～今月の郷土食～

サーターアンドギー(沖縄)

☆献立及び食材は都合により変更する場合があります。ご了承ください☆