

令和6年 3月献立表

山の手保育園

3歳未満児				全 員 共 通								
日	曜	はし スプーン	午前のおやつ 主食	主菜献立名	主菜材料名	副菜献立名	副菜材料名	おやつ	おやつ材料名			
1	金		バナナ 牛乳	★照り焼きチキン	鶏肉 砂糖 醤油 みりん 酒	ポテトサラダ 花麩のすまし汁	じゃが芋 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 塩こしょう 麩 豆腐 わかめ 薄口醤油 みりん かつお節 昆布	いちご	お花サンド・ひなあられ カルピス	食パン 生クリーム 砂糖 いちごジャム 抹茶		
2	土		オレンジ 麦茶	豆乳カレーうどん	豚肉 玉葱 人参 しめじ 油揚げ 葱 うどん麺 豆乳 カレールー 醤油 みりん 煮干だし	黒ごま南瓜	南瓜 砂糖 醤油 黒ごま	チーズ	菓子 牛乳	菓子		
4	月		キウイ 牛乳	骨太卵焼き	卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 切干大根 しめじ ビーマン 油 砂糖 醤油 塩こしょう スキムミルク 粉チーズ	レパールのケチャップ煮	鶏レパール 生姜 玉葱 人参 グリンピース ケチャップ コンソメ 砂糖	ミニトマト	★いりこ大豆 牛乳	いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま		
5	火		ヨーグルト 麦茶	カラフル チンジャオロース	牛肉 ビーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 玉葱 人参 筍 えのき じゃが芋 ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 片栗粉	三色ナムル	小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油	バナナ	ココアのふんわりクッキー 牛乳	ホットケーキミックス ココア バター 砂糖 牛乳 スキムミルク 粉糖		
6	水		ちりめん 牛乳	クリームシチュー	鶏肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 ほうれん草 バター シチュールー スキムミルク	ひじきとツナのソテー ふりかけ	ひじき ツナ缶 玉葱 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油 いりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	キウイ	ゆかりチーズおにぎり 麦茶	米 ゆかり チーズ		
7	木		バナナ 麦茶	★豚肉とごぼうの うま煮	豚肉 ごぼう 玉葱 人参 しめじ 糸こんにゃく 厚揚げ かまぼこ 葱 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干だし	野菜の昆布締め	キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布 醤油	オレンジ	きなこ蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス きなこ 小豆缶 牛乳 スキムミルク		
8	金		キウイ 牛乳	★鮭のチーズフライ	鮭 塩こしょう 小麦粉 粉チーズ パン粉 油	ミモザサラダ	ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン缶 ベーコン 卵 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう	ミニトマト	すなっ麩 牛乳	麩 バター グラニュー糖		
9	土		チーズ 麦茶	きのこスパゲティ	鶏肉 しめじ えのき エリンギ 玉葱 人参 ビーマン スパゲティ麺 バター コンソメ 醤油 みりん 塩こしょう	コンソメスープ	玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ コンソメ 醤油 煮干だし パセリ	バナナ	菓子 牛乳	菓子		
11	月		オレンジ 牛乳	麻婆豆腐	豚ミンチ 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉	春雨の酢の物	春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま	キウイ	田舎おにぎり 麦茶	米 大根葉 油揚げ 油 砂糖 醤油 ごま		
12	火		ヨーグルト 麦茶	肉じゃが風卵焼き	卵 牛ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油 スキムミルク	ひじき納豆	納豆 ひじき 人参 いんげん ちりめん 砂糖 醤油 ごま	ミニトマト	カルシウムラスク 牛乳	食パン バター 粉チーズ スキムミルク 青のり ごま		
13	水		バナナ 牛乳	★大豆の五目煮	鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒	小松菜のお浸し	小松菜 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節	いちご	ふかし芋 牛乳	さつま芋 塩		
14	木		キウイ 麦茶	八宝菜	豚肉 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ 白菜 ビーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉	★パンパンジー風 サラダ	切干大根 胡瓜 トマト ツナ缶 マヨネーズ 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま	オレンジ	南瓜ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス 南瓜 砂糖 豆乳 スキムミルク バター 粉糖		
15	金	★お別れ散歩★ お弁当持参(各クラスよりお知らせがあります)										
16	土		オレンジ 牛乳	和風ポトフ	豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 キャベツ 葱 コンソメ 醤油 煮干だし	じゃこわかめ	わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油	チーズ	菓子 牛乳	菓子		
18	月		ヨーグルト 麦茶	魚のお好み焼き	エソミンチ 生姜 玉葱 人参 キャベツ 葱 小麦粉 塩こしょう スキムミルク ソース マヨネーズ かつお節 青のり	ほうれん草の白和え	ほうれん草 豆腐 人参 こんにゃく 味噌 砂糖 醤油 ごま	キウイ	お麩スナック 牛乳	麩 ごま油 青のり 塩		
19	火		バナナ 牛乳	★卒園・進級記念給食★ (ぶどう・めろん組はごはんを持参してください)								
21	木		チーズ 麦茶	スパニッシュオムレツ	卵 ベーコン 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース 塩こしょう スキムミルク ケチャップ	カラフルソテー ふりかけ	ビーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油 いりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	ミニトマト	黒ごまマフィン 牛乳	ホットケーキミックス 黒ごま 卵 豆腐 バター 砂糖 スキムミルク		
22	金		ちりめん 牛乳	高野豆腐のそぼろ煮	鶏ミンチ 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 煮干だし	胡瓜とわかめの酢の物	胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 醤油 酢 ごま	オレンジ	五平もち 麦茶	米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま		
23	土		ヨーグルト 麦茶	五目ビーフン	豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ビーマン ビーフン麺 ごま油 ソース 塩こしょう	青梗菜と卵のスープ	青梗菜 卵 玉葱 人参 えのき 鶏がらスープの素 醤油	バナナ	菓子 牛乳	菓子		
25	月		オレンジ 牛乳	鯛の照り焼き	鯛 生姜 砂糖 醤油 みりん 酒	野菜のうま煮	里芋 人参 大根 厚揚げ いんげん 砂糖 醤油 煮干だし	ミニトマト	抹茶ミルク蒸しパン 牛乳	蒸しパンミックス 抹茶 牛乳 スキムミルク コンデンスミルク		
26	火		バナナ 麦茶	春野菜の豆乳味噌汁	鶏肉 豆乳 玉葱 人参 ごぼう 生椎茸 じゃが芋 キャベツ 油揚げ 豆腐 グリンピース 味噌 煮干だし	めかぶ納豆	納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま	いちご	★コーンフレークパー 牛乳	コーンフレーク 玄米フレーク マシュマロ バター		
27	水		キウイ 牛乳	★れんこん入り チャプチェ	豚肉 春雨 れんこん 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう	★切干大根ナムル	切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油	オレンジ	★海おにぎり 麦茶	米 ちりめん かつお節 青のり 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま		
28	木		チーズ 麦茶	★牛肉の柳川風煮	牛肉 卵 玉葱 人参 ごぼう 糸こんにゃく かまぼこ 葱 砂糖 醤油 煮干だし	おかかひじきキャベツ	ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節	バナナ	スイートポテトトースト 牛乳	食パン さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク		
29	金		オレンジ 牛乳	ポークビーンズ	豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 ビーマン 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク	カリカリベーコンサラダ ふりかけ	ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油 いりこ 砂糖 醤油 かつお節 青のり ごま	キウイ	やせうま 牛乳	やせうま麺 きなこ 砂糖 塩		
30	土		バナナ 麦茶	厚揚げと小松菜の グラタン	鶏肉 厚揚げ 小松菜 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 塩こしょう スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ 粉チーズ	ブロッコリーの ツナ和え	ブロッコリー ツナ缶 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油	ミニトマト	菓子 牛乳	菓子		

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります