

2019年3月

# 献立表

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事 持ち物等	幼稚園 給食提供有無
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料				
01 金	●キッシュ ⑦卵(ハンバーグ) 花野菜サラダ アスパラスープ	米、油、砂糖	●卵、●ハム、ベーコン、バター、チーズ、牛乳、生クリーム	ほうれんそう、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリーンアスパラガス、カリフラワー	酢、食塩、コンソメ、こしょう	牛乳 りんご	牛乳 カルシウムせん	5歳児 東本願寺	3.4歳児有 5歳児弁当持参
02 土	牛乳 サンドイッチ ⑦弁当持参	食パン、マヨネーズ、マーガリン	卵、ハム、ツナ缶、スライスチーズ	パセリ、きゅうり		お茶 せんべい等 ⑦持参おやつ	お茶 クッキー等 ⑦持参おやつ		無
04 月	☆菜の花ごはん⑦卵 ミネストローネ ほうれん草ソテー でこぼん	米、油、マカロニ	鶏こま、☆卵、鮭フレーク、ごま	ほうれんそう、にんじん、でこぼん、たまねぎ、コーン缶、グリーンピース、えのきたけ、菜の花	食塩、コンソメ、こしょう、ケチャップ	牛乳 玄米ぼんぼー	牛乳 ●★レモンヨーグルト ドーナッツ ⑦卵		有
05 火	肉豆腐の煮物 いんげんのごま和え みそ汁	米、油、糸こんにゃく、砂糖、じゃがいも	油揚げ、味噌、焼き豆腐、牛肉、ごま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、いんげん	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	牛乳 ぶどうゼリー	お茶 サラダせんべい	5歳児 お別れ クッキング	有
06 水	さんまのごま揚げ 五目豆 豆乳みそ汁	米、油、板こんにゃく、砂糖	油揚げ、味噌、豆乳、ちくわ、だいず水煮缶、さんまのゴマ揚げ	干しいたけ、ほうれんそう、にんじん、いんげん	煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 国産りんごのタルト		無
07 木	ビーフカレー ☆ハムサラダ ⑦卵 ヨーグルト和え	油、米、砂糖、じゃがいも	牛肉、☆ハム、ヨーグルト(無糖)	パナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、ミックスフルーツ缶	食塩、こしょう、カレールー、酢	牛乳 セサミラスク	りんごジュース ●★ケーキ ⑦卵 ⑦対応ケーキ	誕生会 フォーク ⑦フォーク	有
08 金	赤飯 鶏肉のから揚げ ☆わかめの酢の物 ⑦甲殻類 春雨スープ ミニデザート<ピーチ>	油、片栗粉、赤飯、砂糖、はるさめ	黒ごま、鶏もも肉、ベーコン、☆かまぼこ、ごま	にんにく、にんじん、チンゲンサイ、しょうが、きゅうり、カットわかめ	中華粒、酢、しょうゆ、食塩	牛乳 ミレービスケット	牛乳 ●★ホットケーキ ⑦卵	お別れ会 フォーク	有
09 土	ちゃんぽん ⑦弁当持参	中華めん	豚肉、ごま、かまぼこ、うずら卵水煮缶	もやし、ねぎ、にんじん、たまねぎ、キャベツ	中華粒、しょうゆ	お茶 ポーロ等 ⑦持参おやつ	お茶 せんべい等 ⑦持参おやつ		無
11 月	大豆のかき揚げ ほうれん草の納豆和え ☆すまし汁 ⑦卵	米、さつまいも、油、天ぷら粉、おつゆ麩	大豆水煮缶、ひきわり納豆、☆かまぼこ、ちくわ	たまねぎ、にんじん、みつば、ほうれんそう、もやし、	食塩、しょうゆ、花かつお、昆布・かつおだし汁	牛乳 水族館クッキー	牛乳 ★ピザトースト		有
12 火	焼き肉 高野豆腐のから揚げ わかめスープ	米、油、片栗粉	高野豆腐、牛肉	ピーマン、にんじん、たまねぎ、しょうが、コーン缶、キャベツ、カットわかめ、エリンギ	食塩、酒、鶏ガラスープ、しょうゆ、コンソメ、こしょう、焼肉のタレ	牛乳 バナナ	スボロン ルヴァンプライム スナック		有
13 水	鯖の塩焼き 切り干し大根煮 みそ汁	米、砂糖	味噌、ちくわ、さば	切り干しだいこん、干しいたけ、もやし、ねぎ、にんじん、しめじ	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳 玄米ぼんせん	牛乳 ミルクかりんとう		有 14:00降園
14 木	☆ハンバーグ⑦卵 ●添え野菜+マヨネーズ ⑦卵(青じそドレッシング) コーンスープ りんご	米、●マヨネーズ、パン粉	☆卵、合挽きミンチ、牛乳	りんご、ブロッコリー、パセリ、たまねぎ、コーン缶、クリームコーン缶	食塩、コンソメ、こしょう、ケチャップ	牛乳 鉄塩せん	牛乳 ★ホットドッグ		有
15 金	☆手作りがんも ⑦卵 白菜の塩ごぶ和え 豚汁	米、油、片栗粉、ながいも	☆卵、油揚げ、味噌、豚肉、しほり豆腐、ごま	塩こんぶ、みつば、はくさい、ねぎ、にんじん、だいこん、しょうが、ごぼう、干しいたけ	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳 キヌアかりんとう	牛乳 肉まん		無 11:30降園
16 土	卒 園 式 ㊦ご卒園おめでとつございます							保育無	無
18 月	●親子焼き ⑦卵(肉団子) ☆磯和え ⑦卵 のっぺい汁	米、油、片栗粉、砂糖、さといも	●卵、油揚げ、鶏ひき肉、☆かまぼこ	もみり、みつば、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しょうが	食塩、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	牛乳 さかなの学校	牛乳 ★ちんすこう		3.4歳児有
19 火	マーボー茄子 ☆中華風サラダ ⑦卵 パイナップル	米、油、片栗粉、砂糖、ごま油	味噌、豚ひき肉、☆ハム	もやし、パイナップル、ねぎ、にんにく、にんじん、なす、しょうが、きゅうり、キャベツ	中華粒、酢、食塩、しょうゆ	牛乳 しょうゆおかし	牛乳 アスパラガスビスケット		3.4歳児有
20 水	赤魚の照焼き 白菜のごま和え 菜の花のみそ汁	米、砂糖	油揚げ、味噌、ごま、あかうお	はくさい、にんじん、なばな、たまねぎ、しょうが	酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、みりん、しょうゆ	お茶 いちご ヨーグルト	牛乳 コーンフレーク	スプーン	無
22 金	酢豚 ビーフンスープ りんご	油、片栗粉、米、砂糖、ビーフン	豚肉、ベーコン	干しいたけ、りんご、ピーマン、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、しょうが	中華粒、酢、食塩、酒、しょうゆ、ケチャップ	牛乳 ポリコーン	お茶 ★お好み焼き	修了式 フォーク	無
23 土	木の葉井 ⑦弁当持参	砂糖、米	卵、油揚げ、牛肉	にんじん、たまねぎ、しいたけ、ねぎ	みりん、しょうゆ	お茶 ラスク等 ⑦持参おやつ	お茶 クッキー等 ⑦持参おやつ		無
25 月	カレー風味肉じゃが みそ汁 納豆	米、油、糸こんにゃく、砂糖、じゃがいも	味噌、納豆、牛肉	もやし、にんじん、たまねぎ、キャベツ	食塩、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ、カレー粉	牛乳 パイ缶	牛乳 ★マカロニあべかわ	フォーク	春休み
26 火	炊き込みご飯 ●天ぷら ⑦甲殻類(からあげ) ゆかりあえ みそ汁	油、米、てんぷら粉	味噌、鶏こま、●えび、油揚げ	干しいたけ、にんじん、しいたけ、ごぼう、キャベツ、かいわれだいこん、えのきたけ、ゆかり	食塩、酒、煮干しだし汁・かつおだし汁、しょうゆ	牛乳 赤ちゃん せんべい	牛乳 浮千鳥あられ		↓
27 水	白菜と肉団子のスープ ●かみかみサラダ ⑦卵・甲殻類・ナッツ類 (青じそ風味) 味付けのり	米、油、片栗粉、●マヨネーズ、はるさめ	合挽きミンチ、●するめ ●スライスアーモンド	味付けのり、干しいたけ、レモン果汁、もやし、はくさい、にんじん、たまねぎ、たけのこ、きゅうり	中華粒、酒、しょうゆ	牛乳 紫いもチップ	牛乳 ●黒糖ツイスト ⑦卵		↓
28 木	コーンシチュー フレンチサラダ ●ふりかけくのりたま> ⑦卵(対応ふりかけ) いちご	油、米、砂糖、じゃがいも	牛乳、ベーコン、ツナ缶	にんじん、たまねぎ、コーン缶、グリーンピース、クリームコーン缶、きゅうり、キャベツ、いちご	酢、食塩、こしょう、シチュールウ	牛乳 ★かぼちゃ	牛乳 ●★クッキー ⑦卵		↓
29 (金) 30 (土)	全園児 弁当・水筒持参保育 ⑦弁当・水筒・おやつ持参保育					水筒(お茶) せんべい等 ⑦持参おやつ	水筒(お茶) クッキー等 ⑦持参おやつ		↓