3 |





かぬき保育園

				,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,								かぬさほ育園					
B	曜	昼食献立名	3時おやつ		国食と午後おやつ T ^{や骨になるもの} (A	つ)	おしらせ	B	曜	昼食繭		3時おやつ		料(昼食と午後お血や肉や骨になるもの	やつ) 体の調子を整えるもの	おしらせ	
1	水	ごはん かにかまスープ 鱈の味噌まよ焼き トマト 小松菜とツナのごま和え	T#6	ネーズ、砂糖、黒 砂糖、ごま かまほ ター、 缶、米	ぼこ、バ ん ツナ油漬 ₭みそ	とまつな、トマト、に しじん		20	月	オムライス ハム大根サラダ ミネストローネ ミニゼリー		ぽてともち 麦茶	米、じゃがいも、 マヨネーズ、マカ ロニ・スパゲ ティ、片栗粉、 油、砂糖	鶏もも肉、卵、ハ ム、ベーコン	たまねぎ、ミックスベ ジタブル、だいこん、 トマト、きゅうり、に んじん		
2	木	焼そば れんこんの炒め煮 あったかスープ バナナ	牛乳	力粉、油、砂糖、 グラニュー糖 ベーコ ター、	まめこしあ かまぼこ、 コン、バ 卵、脱脂粉	バナナ、れんこん、キャ バツ、玉葱、白菜、人 き、りんご、しめじ、 バーマン、コーン缶、レ ミン果汁		21	火	春分の日							
3		ちらし寿司 鶏の照り焼き すまし汁 ① ひなまっり いちご	牛到 .	米、小麦粉、グラ 牛乳、 ニュー糖、油、砂 卵、生糖、焼ふ	生クリーム まっこ	いちご、にんじん、た になぎ、バナナ、れん にん、生わかめ、干し いたけ		22	水	・おべんとうバス (乳児は通常給食)		かがれ会で	ま、片栗粉	豚ひき肉、卵、えび、牛乳	みかん、たまねぎ、ト マト、ブロッコリー、 コーン缶		
4	±	麻婆豆腐丼 チーズ わかめスープ バナナ			チーズ、白み ん か	バナナ、ピーマン、に いじん、しめじ、生わ いめ、葉ねぎ、干しし いたけ		23	木	ラーメン ・金時煮豆 ・ヨーグルト		クッキー 牛乳	生中華めん、砂 糖、小麦粉	牛乳、豚肉、いん げんまめ、かまぼ こ	キャベツ、にんじん、 ねぎ、たけのこ		
6	Н	ごはん すまし汁 鶏肉のからあげ トマト ブロッコリーサラダ	ビーフンソテー 麦茶	米、油、片栗粉、 鶏もも ビーフン、マヨ ム ネーズ	[i	マト、たまねぎ、ブ コッコリー、もやし、 こんじん、葉ねぎ、 ピーマン、しょうが		24	金	わかめごはん(防災食) 鱈の更紗揚げ トマト かぼちゃの甘煮	味噌汁	ぼたもち(3種) 麦茶	米、砂糖、もち 米、片栗粉、油、 三温糖、黒ごま	たら、絹ごし豆腐、あずき、米み そ、油揚げ、きな 粉	かぼちゃ、トマト、も やし		
7	火	マーマレードサンド いちごデザート スパニッシュオムレツ ブロッコリー スープ	妻 苾	食パン、米、じゃ 牛乳、 がいも、砂糖、ご ナー、 ま、片栗粉	鮭は	・ンゲンサイ、ブロッ 1リー、マーマレー く、ミックスペジタブ レ、生わかめ		25	±	イチゴジャムサンド	定 原卒	かし ジュース	食バン	牛乳、チーズ	いちごジャム		
8	水		かれ遠足(弁当) ※10時15	5時のおやつに	は出ます		27	月	チャーハン 豚さつま わかめスープ バナナ		チヂミ 麦茶	米、さつまいも、 米粉、油、砂糖、 ごま油、ごま	卵、ハム、かまぼ こ、豚肉、しらす 干し	バナナ、しめじ、に ら、葉ねぎ、生わか め、コーン缶		
9		スパゲティーミートソース 白いんげん煮 贅沢フルーツ	ツナチャーハン 麦茶	砂糖、油 ルト、 め、ツ 生クリ	いんげんま も ツナ油漬缶、 マ リーム、粉 じ	きまねぎ、バナナ、も 5缶、みかん缶、ビー 7ン、パイン缶、にん ジん、トマトピュー ン、コーン缶		28	火	イチゴジャムサンド キッシュ ・ 花野菜スープ ヨーグルト		しそひじきおにぎり 麦茶	食パン、米、ごま	卵、ベーコン、牛 乳、とろけるチー ズ	たまねぎ、ブロッコ リー、カリフラワー、 いちごジャム、ほうれ んそう、コーン缶、ひ じき		
10		ごはん けんちん汁 ハンバーグ トマト 塩おかか和え	#乳 うの日	米、ホットケーキ 牛乳、	豚ひき肉、 た 豆腐、鶏もも ト を燥おから、 う	とまねぎ、はくさい、 トマト、ほうれんそ ら、だいこん、にんじ レ、コーン缶、葉ねぎ		29	水	ごはん	ぐだくさん汁	かし 牛乳	*	牛乳、鮭、卵、豚肉、かまぼこ、米みそ	トマト、たまねぎ、し めじ、にんじん、ねぎ		
11		ハヤシライス フルーツヨーグルト	かし ジュース		 	きまねぎ、もも缶、バ ・ナ、パイン缶、にん ジん、みかん缶、しめ ジ		30	*	小松菜のやきそば かぽちゃのカレー揚げ スープ ミニゼリー		ツナとコーンのバン (かぬき) 牛乳		牛乳、豚肉、ツナ 油漬缶、バター、 卵、かつお節、脱 脂粉乳	かぼちゃ、こまつな、 キャベツ、にんじん、 コーン缶、にら、パセ リ		
13	月	親子丼 磯香浸し 豚汁 ミルクポンチ	野菜プリッツ 牛乳	ホットケーキ粉、 卵、豚 砂糖 そ、バ	家肉、米み ボター しり	葱、ほうれん草、もも c、みかん缶、バナナ、 パイン缶、人参、大根、 めじ、ごぼう、バセ リ、葉ねぎ、焼きのり		31	金	他人丼		かし 牛乳	米、板こんにゃ く、砂糖	牛乳、豚肉、木綿 豆腐、鶏もも肉、 卵、かまぼこ、米 みそ、かつお節	たまねぎ、ブロッコ リー、にんじん、だい こん、葉ねぎ		
14	火	ごはん 鯖の味噌煮 ひじきの炒り煮 すまし汁	塩こんぶおにぎり 麦茶	米、砂糖、油 さば、卵、米げ	₭みそ、油揚 生	≘まねぎ、にんじん、 Eわかめ、ひじき、塩 こんぶ			※仕入れの都合上献立が変更される場合があります ※市販のものにつきましては材料に記載されません								
15	水	ゆかりごはん 高野豆腐煮 人参と薩摩の金平 味噌汁	牛乳	砂糖、麩、ごま 腐、み	みそ 参 ん	きゃべつ、玉葱、人 き、干し椎茸、いんげ レ、こんぶ			今月はひまわりぐみのリクエストメニューがそれぞれ入っています。お知らせの蘭に名前があるお友達のメニューです。								
16	*	ほうとう ほうれん草と油揚げのお浸し フルーツデザート		粉、砂糖、マヨ ム、豚	T	そうれん草、白菜、南 1、バナナ、玉葱、人 6、もも缶、みかん缶、 パイン缶、葱、いちご ジャム、椎茸		L	いしてくれました。								
17	金	カレーライス 乳酸菌飲料 エッグマカロニサラダ トマト ブロッコリー	牛乳		- 、卵、バ ロ	たまねぎ、トマト、ブロッコリー、にんじし、 きゅうり				月の平均栄養量 년・おやつ含む)	エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	462 17.1 15.1 1.6	g	鉄 カルシウム ビタミン C 食物繊維	1.9 219 27 3.9	m g m g	
18	±	中華丼 チーズ 卵スープ バナナ	かし ジュース		かまぼこ ん ん	イナナ、はくさい、に いじん、たけのこ、い いげん、生わかめ、葉 3ぎ				月の平均栄養量 引・おやつ含む)	エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分		kcal g g	鉄 カルシウム ビタミン C 食物繊維	2 168	mg mg mg	