

ゆめっこ保育園 献立予定表 2024年3月度

日	(金) 1	(土) 2	(月) 4 ☆	(火) 5 ☆	(水) 6 ☆	(木) 7 ☆	(金) 8 ☆	(土) 9	(月) 11 ☆	(火) 12 ☆	(水) 13	(木) 14 ☆	(金) 15 ☆	(土) 16
屋	ちらし寿司 五分付米 れんこん 干しいたけ 人参 砂糖 醤油 きゅうり 鮭のコロコロ焼き 醤油 みりん 片栗粉 油 菜の花のごま和え 菜の花 ほうれん草 人参 醤油 砂糖 ごま スープ 玉ねぎ わかめ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干) おたのしみデザート	ハヤシライス 五分付米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ いんげん 人参 ピーマン しめじ ケチャップ ソース トマトジュース 醤油 片栗粉 酢 きゅうり わかめ 酢 ごま油 スープ 白菜 玉ねぎ 人参 わかめ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	焼き鳥丼 五分付米 鶏もも肉 玉ねぎ いんげん 人参 醤油 砂糖 しめじ みりん 刻みのり ケチャップ ソース カリカリサラダ 醤油 キャベツ 人参 大根 みりん 塩 スープ もやし わかめ 納豆 人参 玉ねぎ みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	わかめごはん 五分付米 わかめ 人参 玉ねぎ ちりめんじゃこ みりん ごま油 鮭のサクサク焼き 鮭 パン粉 塩 刻みキャベツ キャベツ もずく きゅうり もやし スープ えのき 玉ねぎ みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	夕焼けごはん 五分付米 人参 醤油 みりん 塩 バター ひじきはるまき 春巻きの皮 豚ひき肉 ひじきしいたけ にんじん たけのこ 醤油 みりん オニオンソース ごま油 片栗粉 もやし 焼きかぼちゃ かぼちゃ ニラ納豆 納豆 人参 醤油 かつお節 ごま油 みそ汁 もやし 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	タコライス 五分付米 合挽ミンチ 玉ねぎ いわい 人参 みりん にんにく ケチャップ ソース 砂糖 醤油 トマト レタス ごま油 みりん 青のり 塩 みそ汁 大根 キャベツ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 かれいの照り焼き いわい 醤油 みりん 生姜 ミニトマト カリカリサラダ キャベツ 人参 大根 ちりめんじゃこ みりん 醤油 ごま油 玉ねぎ 人参 醤油 みりん 味噌 だし汁(昆布・煮干)	豚丼 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし しょうゆ みりん さとう 煮びたし キャベツ 小松菜 人参 みりん 醤油 みそ汁 玉ねぎ 人参 わかめ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	カレーライス 0~2歳は ハヤシライス 五分付米 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ピーマン カレーウ ケチャップ ソース 醤油 みりん トマトジュース 無塩キャベツ キャベツ 人参 ごま 青のり 塩 ごま油 スープ もやし チンゲン菜 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 いわしのフライ いわし 塩 パン粉 小麦粉 プロッコリーの塩ゆで プロッコリー おくらえのき おくら えのき 人参 醤油 酢 かつお節 みそ汁 玉ねぎ 菜の花 味噌 だし汁(昆布・煮干)	誕生日会 ビザクッキング	ごはん 五分付米 ハンバーグ 合ミンチ 玉ねぎ 人参 片栗粉 塩 醤油 ウスターソース ごま油 ごま油 塩 あおのり たたくきゅうり 大根 人参 醤油 砂糖 酢 ごま油 かつおぶし みそ汁 さつまいも 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ちゃんちゃん焼き 合ミンチ 玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 味噌 砂糖 ごま油 ごま油 ひたひた きゅうり 大根 人参 醤油 砂糖 酢 ごま油 かつおぶし みそ汁 さつまいも 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	卒園式
	おやつ	いちご桜餅 小麦粉 白玉粉 砂糖 小豆 砂糖 いちご 果物 牛乳	おたのしみ 小麦粉 砂糖 ごま油 塩 油 果物 牛乳	よりより 小麦粉 砂糖 ごま油 塩 油 果物 牛乳	もちもちチーズパン 白玉粉 塩 牛乳 砂糖 粉チーズ 油 果物 牛乳	スノーボール 小麦粉 片栗粉 砂糖 バター ココア 砂糖 果物 牛乳	ブラウニー 米粉 豆腐 片栗粉 ベーキングパウダー ココア 砂糖 果物 牛乳	さつまいもクッキー 薄力粉 バター さつまいも 砂糖 果物 牛乳	おたのしみ 小麦粉 砂糖 塩 油 果物 牛乳	芋かりんとう さつまいも 塩 油 果物 牛乳	ベーコンチーズパン 強力粉 砂糖 ドライイースト 塩 バター ベーコン チーズ 果物 牛乳	スノーボール 小麦粉 片栗粉 砂糖 バター 粉糖 果物 牛乳	恐竜の卵 白玉粉 上新粉 砂糖 B.P 粉糖 果物 牛乳	
総カロリー タンパク質														
屋	ごはん 五分付米 肉じゃが 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しらたき いんげん みりん 醤油 砂糖 酢 きゅうり わかめ 酢 ごま油 スープ 大根 キャベツ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 赤魚の味噌煮 豚肉 人参 みりん 醤油 砂糖 ごま油 キャベツ もやし みそ汁 えのき ほうれん草 ニラ納豆 納豆 人参 醤油 ごま油 スープ 玉ねぎ 大根 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	わかめごはん 五分付米 わかめ 人参 ちりめんじゃこ みりん ごま油 ささみのフリッター 小麦粉 牛乳 B.P 油 ふかしいも さつまいも みそ汁 えのき ほうれん草 ニラ納豆 納豆 人参 醤油 ごま油 スープ 玉ねぎ 大根 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	お別れ遠足 お弁当日です	スノーボール 小麦粉 片栗粉 砂糖 バター ココア 砂糖 果物 牛乳	ピピンパ丼 五分付米 豚肉 人参 もやし ほうれん草 にんにく 玉ねぎ 生姜 みりん 醤油 オニオンソース もずく きゅうり もやし 酢 かぼちゃの含め煮 かぼちゃ 醤油 みりん 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 じゅうじゅう焼き 鮭 ハン粉 塩 おびたし 小松菜 人参 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 おびたし 白菜 人参 醤油 みそ汁 キャベツ 玉ねぎ かぼちゃ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 治部煮 鶏もも肉 人参 スナックエンドウ 大根 たけのこ 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 おびたし 人参 醤油 みそ汁 キャベツ 玉ねぎ かぼちゃ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 豚肉の生姜焼き 豚肉 玉ねぎ 人参 生姜 みりん 醤油 ソース ハム 小松菜 人参 ハム 牛乳マヨネーズ 醤油 みそ汁 大根 わかめ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ハヤシライス 五分付米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ケチャップ ソース トマトジュース ハム 醤油 キャベツ きゅうり 人参 わかめ のり ごま 醤油 みりん 酢 ごま油 スープ もやし 白菜 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	牛肉ごはん 五分付米 牛肉 ごぼう 人参 いんげん コーン しょうゆ みりん 砂糖 じゃがいも 醤油 みりん かつお節 みそ汁 玉ねぎ キャベツ わかめ のり ごま 醤油 みりん 酢 ごま油 スープ もやし 白菜 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	おたのしみ		
	おやつ	鮭のラスク 焼き麩 バター 砂糖 果物 牛乳	梅が枝餅 小麦粉 だんご粉 小豆 砂糖 塩 果物 牛乳	さつまいもドーナツ 小麦粉 さつまいも 砂糖 ベーキングパウダー 油 果物 牛乳	ナポリタン スパゲッティ ベーコン ピーマン しめじ 人参 ケチャップ ソース 果物 牛乳	おたのしみ 小麦粉 白玉粉 塩 牛乳 砂糖 粉チーズ 油 果物 牛乳	みそ焼きおにぎり 五分付米 味噌 醤油 みりん 砂糖 ごま 果物 牛乳	もちもちチーズパン 白玉粉 塩 牛乳 砂糖 粉チーズ 油 果物 牛乳	蒸しパン 小麦粉 黒砂糖 B.P 果物 牛乳	マーメイドスコーン 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 バター マーメイド 牛乳 果物 牛乳	じゃがまるくん じゃが芋 塩 片栗粉 バター 焼きのり 醤油 果物 牛乳	おたのしみ 小麦粉 白玉粉 塩 牛乳 砂糖 粉チーズ 油 果物 牛乳		
総カロリー タンパク質														

3月3日 ひなまつり♪
女の子の成長を祝う行事です。
桃の節句とも呼ばれ、ひな人形を飾り、桃の花・菖餅・ひなあられなどを供える風習があります。
菖餅の3色には、紅は花、白は雪、緑は新芽で春を表しています。

※数字は、幼児の予定可食量です。
※乳児は、幼児の予定可食量×0.9として計算します。
※ごはんは、五分付米です。
※3日はひなまつりです。
※13日はお誕生日会です。
※16日は卒園式です。
※22日はお別れ遠足の予定です。
お弁当の用意をお願いします。
※☆マークは、ひまわり組さんのリクエストメニューです。
※今月の果物は、りんご・みかん・いちごなどを使用します。