

2024年度3月 予定献立表

ののかぜ保育園

	10.24日(月)	11.25日(火)	12.26日(水)	13.27日(木)	14.28日(金)	1.15.29日(土)
昼食	チャーハン 米 50 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 にんじん 10 ねぎ 3 にら 3 醤油、塩	ごはん 米 40 さばの味噌煮 さば 30 しょうが 15 味噌、砂糖、醤油 片栗粉 酢の物 春雨 2 にんじん 5 きゅうり 5 もやし 7 わかめ 1 すりごま、酢、醤油 砂糖	ごはん 米 40 煮込みハンバーグ 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20 にんじん 10 おから 7 片栗粉、塩、醤油 トマト缶 10 しめじ 4 まいたけ 4	炊き込みご飯 米 45 にんじん 10 たけのこ 5 干椎茸 3 糸こんにゃく 3 油揚げ 3 だし、醤油、塩 鮭の塩焼き 鮭 30 塩、だし、片栗粉 塩昆布和え ブロッコリー 20 にんじん 5 塩昆布 2 ごま油、醤油、ごま	ごはん 米 45 マーボーなす 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 なす 30 にんじん 10 ねぎ 3 しょうが 0.5 味噌、醤油、砂糖 だし、片栗粉 ふき煮 ふき 10 厚揚げ 10 だし、醤油、塩 みそ汁 キャベツ 10 新玉ねぎ 10 えのき 5 だし、みそ	わかめおにぎり 米 50 わかめの素 てりやきつくね 豚ひき肉 10 鶏ひき肉 25 玉ねぎ 20 にんじん 10 おから(粉) 1.5 塩、醤油、片栗粉 砂糖 おなか和え 小松菜 20 にんじん 5 鯉節 醤油 みそ汁 大根 10 にんじん 5 さといも 10 だし、みそ
	ゆかりあえ キャベツ 25 ゆかり 塩	れんこんのみぞれ汁 大根 8 鶏もも肉 5 れんこん 10 豆腐 5 しめじ 5 みつば 2 だし、醤油、塩	オープン焼き じゃがいも 35 油、塩 ポタージュ グリーンピース 5 玉ねぎ 10 じゃがいも 10 塩、だし、豆乳	みそ汁 なめこ 5 豆腐 5 みつば 2 だし、みそ	みそ汁 キャベツ 10 新玉ねぎ 10 えのき 5 だし、みそ	みそ汁 大根 10 にんじん 5 さといも 10 だし、みそ
	スープ 豚肉 3 白菜 10 にんじん 5 水菜 5 しいたけ 2 だし、醤油、塩					
おやつ	チョコクッキー じゃがいも 15 さつまいも 15 米粉 12 BP 0.3 砂糖 4 油 4 ココア 0.7 チョコ(3歳児〜) 25 牛乳 100	お茶漬け 米 30 鮭 5 梅干し のり 塩昆布 だし、塩、醤油 りんごゼリー りんごジュース 40 砂糖1、寒天0.3 牛乳 100	お好み焼き キャベツ 25 にんじん 7 豚ひき肉 5 長いも 5 米粉 15 だし、醤油 ソース、鯉節、青のり 果物 25 牛乳 100	フルーツポンチ みかん缶 5 パイナップル 5 もも缶 5 りんご 5 白玉団子 10 砂糖、レモン汁 牛乳 100	パンケーキ 米粉 20 BP 0.9 砂糖 5 豆乳 20 塩 0.1 油 1 豆乳ホイップ 豆乳カスタード 果物 25 牛乳 100	かぼちゃおしパン 米粉 20 かぼちゃ 10 砂糖 4 BP 1 油 0.5 豆乳 25 果物 25

	3.17.31日(月)	4.18日(火)	5.19日(水)	6日(木)	7.21日(金)	8.22日(土)
昼食	ちらしずし(3日) 米 40 鮭 10 れんこん 7 きゅうり 7 豆腐、くちなし 梅酢、酢、砂糖、塩 刻みのみり さわらごま焼き さわら 30 醤油、砂糖、片栗粉 ごま、だし おひたし みつば 5 もやし 10 にんじん 5 かつお節 醤油、だし すまし汁 豆腐 5 大根 7 にんじん 7 さやいんげん 2 醤油、塩、だし	赤飯(18日) 米 20 もち米 20 小豆 3 塩、黒ごま 姿焼き(18日) たい  30 筍の土佐煮 たけのこ 20 鯉節、醤油 だし ごま和え ほうれん草 15 なばな 5 にんじん 5 すりごま、砂糖、醤油 すまし汁 豆腐 7 まいたけ 4 みつば 2 柚子皮 醤油、塩、だし	ハヤシライス 米 50 豚肉 35 玉ねぎ 30 にんじん 20 じゃがいも 20 ケチャップ 醤油、砂糖、塩 味噌、片栗粉 オープン焼き かぼちゃ 30 アスパラ 5 油、塩 たまねぎスープ 新玉ねぎ 20 ベーコン 2 スナップエンドウ コンソメ 塩 	あんかけうどん 米麺 30 鶏もも肉 15 玉ねぎ 10 にんじん 10 白菜 20 チンゲン菜 5 しいたけ 5 だし、醤油、塩 片栗粉 ひややっこ 豆腐 20 こねぎ 2 鯉節 だし、醤油 ごぼうサラダ ごぼう 15 にんじん 10 ツナ 2 ごま マヨドレ、醤油 酢、砂糖	ごはん 米 40 鶏のから揚げ 鶏もも肉 50 しょうが 醤油、米粉、だし 切干大根煮 切干大根 3 にんじん 10 油揚げ 3 さやいんげん 2 油、醤油、砂糖 のり佃煮 のり 3 だし、砂糖、醤油 みそ汁 じゃがいも 10 キャベツ 10 わかめ 1 新玉ねぎ 10 だし、みそ 	カレーうどん 米麺 30 豚肉 15 玉ねぎ 15 にんじん 7 しめじ 5 小松菜 3 だし、醤油、カレー粉 片栗粉 オープン焼き じゃがいも 30 塩、油 ツナマヨ和え ブロッコリー 20 にんじん 5 ツナ 7 マヨドレ、塩
おやつ	ひしもち(3日) 上新粉 15 白玉粉、片栗粉 5 砂糖 5 よもぎ、くちなし色素 草だんご 上新粉 15 白玉粉 5 砂糖 5 よもぎ0.2、きなこ 果物25、牛乳 100	さつまいもボール さつまいも 40 片栗粉 3 砂糖 2.3 油 2 ぼたもち(18日) もち米 15 米 15 小豆、きなこ、砂糖 果物 25 牛乳 100	黒糖きなこおしパン 米粉 20 砂糖 2 BP 0.9 豆乳 25 きなこ 1 油 0.2 黒糖 3 果物 25 牛乳 100	和風ツナおにぎり 米 30 ツナ 5 マヨドレ だし、醤油、塩 のり 果物 25 牛乳 100	ドーナツ 米粉 15 おから 5 大豆粉 5 砂糖 5 豆乳 7 揚げ油 果物 25 牛乳 100	コーンおしパン 米粉 20 裏ごしコーン 7 砂糖 4 BP 1 油 0.5 豆乳 25 果物 25

*仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。3日はひなまつり、18日は卒園・進級おめでとうメニューです。
 さくらさんリクエストメニュー
 すみれ フルーツポンチ
 下方ひろき 鮭の塩焼き
 さとの からあげ
 てお ハンバーグ
 うたの チャーハン
 じゅんと ハンバーグ
 えま お茶漬け
 みひろ パンケーキ
 そうすけ オープン焼き
 しゅん ドーナツ
 なお チョコクッキー
 らく マーボーなす
 井貝ひろき チャーハン