

もも組普通食献立表



藤枝聖マリア保育園

日	主食	献立名	材料名	10時おやつ	3時おやつ	材料名
4	木	～希望保育～ ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶		
5	金	～希望保育～ ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶		
6	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶		
9	ご	ツナカレー	ツナ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ 油 お子様カレールウ	牛乳		
は	春雨サラダ	春雨 胡瓜 みかん缶 マヨネーズ 塩コショウ		牛乳		
火	ん	ヨーグルト		ビスコ		
10	ご	松風焼き	鶏ひき肉 玉葱 生姜 パン粉 スキムミルク 卵 味噌 酒 ごま あおのり	飲むヨーグルト		
は	紅白なます	大根 人参 みかん缶 酢 砂糖 ゆず果汁		牛乳	小麦粉 BP バター 砂糖 卵 栗	
水	ん	お麩のすまし汁	麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 醤油	小松菜と栗のカップケーキ	生クリーム 小松菜	
11	ご	鶏肉のソース焼き	鶏肉 玉葱 ソース 小麦粉	豆乳		
は	白菜サラダ	白菜 胡瓜 りんご缶 油 酢 砂糖 塩コショウ		牛乳		
木	ん	えのきともやしのスープ	えのき茸 もやし かまぼこ 葉葱 コンソメ 醤油	米粉の肉まん風	豚ひき肉 玉葱 干し椎茸 砂糖 油 片栗粉 小麦粉 BP 豆乳 醤油	
12	ご	サバの味噌煮	サバ 生姜 かつおだし 酒 砂糖 醤油 みりん 味噌	牛乳		
は	切干大根の中華風	切干大根 人参 胡瓜 鶏ささ身 砂糖 醤油 酢 ごま油		麦茶		
金	ん	豆腐のすまし汁	豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油	みかん/せんべい		
13	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶		
15	ご	魚のカレー風味ムニエル	しいら 塩コショウ 小麦粉 カレー粉 バター	牛乳		
は	ポテトサラダ	じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 チーズ マヨネーズ 塩コショウ		豆乳		
月	ん	ミネストローネ	キャベツ さやいんげん 玉葱 人参 マカロニ ベーコン トマト缶 塩コショウ コンソメ	ビスコ		
16	ご	麻婆大根	大根 にんにく 生姜 白葱 豚ひき肉 油 砂糖 味噌 中華だしの素 片栗粉	りんごジュース		
は	中華サラダ	ごま油		牛乳		
火	ん	にら玉スープ	もやし 胡瓜 人参 かまぼこ ごま油 酢 砂糖 醤油	コーンフレーク		
17	ご	切干大根のオムレツ	切干大根 椎茸 人参 葉葱 卵 塩コショウ バター ケチャップ	ヤクルト		
は	納豆サラダ	納豆 チーズ ハム 胡瓜 人参 酢 砂糖 醤油 ごま油		牛乳	米粉 コーンスターチ 砂糖 粉糖	
水	ん	じゃがにらスープ	じゃが芋 人参 にら 鶏肉 コンソメ	米粉のスノーボール	マーガリン	
18	め	南瓜のほうとう風	きしめん 南瓜 白葱 人参 大根 しめじ 小松菜 油揚げ 豚肉	豆乳		
ん	ブロッコリーのごまサラダ	かつおだし みりん 砂糖 醤油 味噌		牛乳		
木	ん	みかん	ブロッコリー コーン 醤油 すりごま マヨネーズ	干し芋		
19	ご	さわらの柚子香り焼き	さわら 柚子 醤油 みりん 酒	ヨーク		
は	ひじきの煮物	ひじき 人参 油揚げ 大豆 鶏肉 油 酒 砂糖 醤油		牛乳		
金	ん	大根の味噌汁	大根 油揚げ 葉葱 味噌 かつおだし	サンドイッチ	食パン イチゴジャム	
20	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶		
22	ご	豚肉とごぼうの卵とじ	豚肉 ごぼう 人参 玉葱 白葱 卵 油 酒 砂糖 みりん 醤油	牛乳		
は	白菜の海苔和え	白菜 焼き海苔 ※ちりめんじゃこ 酢 砂糖 醤油 ごま油		麦茶		
月	ん	豆腐とえのきの味噌汁	豆腐 油揚げ えのき茸 味噌 かつおだし	染飯おにぎり	米 もち米 ぐちなし 塩 ごま	
23	ご	豚肉とさつまいものカレー煮	豚肉 玉葱 さつまいも さやいんげん にんにく 生姜 油 醤油 みりん カレー粉	飲むヨーグルト		
は	フルーツなます	胡瓜 大根 みかん缶 酢 砂糖 塩		牛乳		
火	ん	白はんぺんのすまし汁	※白はんぺん (山芋が使用されています) 人参 葉葱 かつおだし 醤油	バナナ		
24	ご	ドリア	米 ツナ しめじ 玉葱 人参 コーン グリンピース パセリ 油	豆乳		
は	チキンナゲット	小麦粉 牛乳 粉チーズ バター ケチャップ		牛乳		
水	ん	ブロッコリー	チキンナゲット 油	ワッフル		
25	ご	鶏肉のチーズ焼き	鶏肉 生姜 酒 醤油 粉チーズ	牛乳		
は	南瓜のグラッセ	南瓜 バター 砂糖 コンソメ		麦茶		
木	ん	ほうれん草の味噌汁	椎茸 ほうれん草 人参 かつおだし 味噌	ゼリー/ビスケット		
26	ご	白身魚のケチャップあんかけ	しいら 玉葱 人参 ピーマン 生姜 にんにく 酒 片栗粉 油 コンソメ	ヤクルト		
は	キャベツの甘酢和え	ケチャップ 砂糖 酢		牛乳		
金	ん	春雨のかき玉汁	キャベツ 胡瓜 みかん缶 酢 砂糖 春雨 人参 卵 葉葱 かつおだし 醤油	ごまポッキー	小麦粉 砂糖 BP ごま 塩 マーガリン 牛乳	
27	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶		
29	ご	焼き鮭	鮭	ヨーク		
は	華風和え	ほうれん草 人参 もやし 春雨 酢 砂糖 醤油 ごま ごま油		牛乳		
月	ん	きのこ汁	椎茸 えのき茸 人参 里芋 鶏肉 葉葱 かつおだし 味噌	どら焼き		
30	め	スパゲティ ミートソース	スパゲティ 豚ひき肉 人参 玉葱 グリンピース トマト缶 ケチャップ	牛乳		
ん	ウインナーのスープ煮	ソース 砂糖 ポタージュの素 粉チーズ		麦茶		
火	ん	みかん	ウインナー じゃが芋 玉葱 人参 パセリ コンソメ	ヨーグルト/せんべい		
31	ご	鶏肉とポテトの揚げ煮	鶏肉 じゃが芋 人参 さやいんげん 醤油 片栗粉 砂糖	豆乳		
は	小松菜のごま酢和え	小松菜 人参 ※ちりめんじゃこ 油 酢 砂糖 ごま		牛乳		
水	ん	なめこの味噌汁	なめこ 白葱 ほうれん草 かつおだし 味噌	オレンジ/ビスケット		

・食物アレルギー事故防止のため、食べたことがない食材がないかチェックし、必ずご家庭で食べておくようにしましょう。

・BP:ベーキングパウダー HM:ホットケーキミックス

※ちりめんじゃこには小さなエビやイカが混入していることがあります。また、白はんぺんには山芋を使用しています。今一度ご確認ください。