

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	
1	ごはん	五目ちらし寿司 チキンナゲット 菜の花のごま和え 豆腐のすまし汁 ひなゼリー	米 酢 砂糖 卵 さやえんどう さくらでんぶ かんぴょう 油揚げ 人参 連根 干し椎茸 チキンナゲット 菜の花 人参 もやし ごま 砂糖 醤油 かまぼこ 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油 ゼリー	牛乳 麦茶 ひなあられ		
2	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★			麦茶	
4	ごはん	カレー ハム*1とらっきょうのサラダ ヨーグルト*1	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 りんご グリンピース カレールウ スキムミルク ケチャップ ハム*1 らっきょう 胡瓜 レモン汁 ソース ヨーグルト*1	牛乳 麦茶 豆腐と米粉のボンデケーキ BP	豆腐 オリーブ油 砂糖 粉チーズ スキムミルク 米粉 BP	
5	ごはん	魚の和風ムニエル フルーツなます ほうれん草のスープ	さわら 小麦粉 醤油 バター みりん りんご みかん缶 胡瓜 大根 酢 砂糖 えのき茸 ほうれん草 人参 コンソメ	豆乳 牛乳 じゃが芋餅 ヨーク 牛乳 どら焼き	じゃが芋 片栗粉 バター	
6	ごはん	黒はんぺんフライ 白菜の柚子風味和え なめこの味噌汁	黒はんぺん 小麦粉 卵 パン粉 白菜 胡瓜 みかん缶 柚子 砂糖 酢 なめこ 豆腐 葉葱 味噌 かつおだし	牛乳 どら焼き		
7	めん	スパゲティ ナポリタン スマイルポテト キャベツスープ オレンジ	スパゲティ ウインナー 玉葱 ビーマン 人参 マッシュルーム バター ケチャップ 砂糖 フライドポテト 粉チーズ キャベツ 玉葱 人参 ベーコン コンソメ オレンジ	ヤクルト 牛乳 スティックパン		
8	金	～お楽しみ遠足～ ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★			麦茶	
9	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★			麦茶	
11	ごはん	すき焼き風煮込み 南瓜の味噌汁 ゼリー	豚肉 白菜 白葱 えのき茸 椎茸 糸糸蕪 焼き豆腐 酒 醤油 砂糖 みりん 南瓜 玉葱 油揚げ 葉葱 かつおだし 味噌 ゼリー	飲むヨーグルト 牛乳 マカロニの安倍川 マカロニ 黄粉 砂糖		
12	ごはん	鶏肉のカレー風味焼き 白菜サラダ 豆乳コーンスープ	鶏肉 酒 醤油 みりん カレー粉 小麦粉 白菜 ハム*1 胡瓜 りんご 油 酢 砂糖 塩コショウ じゃが芋 人参 椎茸 ほうれん草 コンソメ クリームコーン 豆乳 塩コショウ	牛乳 麦茶 鮭おにぎり 米 鮭フレーク ごま		
13	めん	～マリア組さんリクエストメニュー～ カレーうどん ナゲット みかんサラダ ぶどうゼリー			ジョア 牛乳 たい焼き	
14	ごはん	サバのアップルオニオンソース ひじきの煮物 野菜入りかきたまスープ	サバ 酒 生姜 片栗粉 りんご 玉葱 醤油 酢 砂糖 ひじき 人参 鶏ひき肉 油揚げ さやいんげん 大豆 油 砂糖 酒 醤油 玉葱 人参 ほうれん草 卵 コンソメ	ヨーク 牛乳 オレンジ風味のフレンチトースト	食パン 砂糖 バター 卵 オレンジジュース	
15	パン	ジャーマンオムレツ ブロッコリーのおかか和え えのきともやしのスープ	卵 じゃが芋 玉葱 赤ビーマン ベーコン バター 牛乳 塩コショウ ケチャップ ブロッコリー かつお節 醤油 えのき茸 もやし かまぼこ 葉葱 コンソメ 醤油	豆乳 牛乳 バナナ		
16	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★			麦茶	
18	ごはん	厚揚げとひき肉の中華炒め 切干大根の中華風 お麩の味噌汁	厚揚げ 人参 ビーマン 玉葱 白葱 豚ひき肉 生姜 油 ケチャップ 醤油 砂糖 中華だしの素 片栗粉 切干大根の中華風 人参 胡瓜 鶏ささ身 砂糖 醤油 酢 ごま油 麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 味噌	ヤクルト 牛乳 オレンジ/せんべい		
19	めん	ちゃんぽん麺 シュウマイ ヨーグルト*1	中華麺 豚肉 チンゲン菜 もやし 玉葱 人参 干椎茸 なたと ごま油 中華だしの素 醤油 片栗粉 シュウマイ ヨーグルト*1	豆乳 牛乳 ジャムサンドクラッカー クラッカー ジャム		
21	ごはん	ひじきオムレツ 納豆サラダ 白はんぺん*2のすまし汁	卵 鶏ひき肉 ひじき 人参 玉葱 さやいんげん 油 味噌 砂糖 みりん 酒 納豆 チーズ ハム 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 ごま油 白はんぺん*2 人参 葉葱 かつおだし 醤油	牛乳 麦茶 おはぎ 米もち米 あ んこ 黄粉 砂糖 塩		
22	ごはん	ししゃものフライ 野菜サラダ じゃがにらスープ	ししゃもフライ 胡瓜 キャベツ コーン かまぼこ 油 酢 砂糖 じゃが芋 にら 人参 鶏肉 コンソメ	りんごジュース 牛乳 ワッフル		
23	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★			麦茶	
25	ごはん	鮭の変わり西京焼き 磯和え 豆腐のすまし汁	鮭 マヨネーズ 味噌 砂糖 みりん バター ほうれん草 もやし かまぼこ 醤油 みりん 焼きのり 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油	豆乳 牛乳 バナナとおからのパウンドケーキ	バター 砂糖 卵 小麦粉 BP おから 牛乳 バナナ レモン	
26	ごはん	鶏肉の照り焼き ポテトサラダ 素麺のすまし汁	鶏肉 酒 醤油 みりん じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 マヨネーズ 塩コショウ 素麺 なたと 椎茸 葉葱 かつおだし 醤油	牛乳 ジョア ビスケット		
27	ごはん	豆腐入りハンバーグ 南瓜のミルク煮 ハム*1と大根のスープ	豚ひき肉 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 スキムミルク 牛乳 パン粉 小麦粉 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 油 南瓜 砂糖 牛乳 バター ハム*1 大根 ほうれん草 ごま油 コンソメ	ヤクルト 牛乳 かりんとう		
28	ごはん	サバの味噌煮 キャベツの甘酢和え けんちん汁	サバ 酒 生姜 味噌 砂糖 みりん 醤油 キャベツ 胡瓜 みかん缶 酢 砂糖 ごぼう 人参 豚肉 椎茸 葉葱 ごま油 かつおだし 醤油 みりん	牛乳 豆乳 ビスコ		
29	ごはん	メキシカンライス 鶏肉のマーマレード煮 ブロッコリー 白菜スープ	米 玉葱 人参 カレー粉 コンソメ ウインナー ビーマン 黄ビーマン コーン 油 鶏肉 マーマレードジャム 酒 醤油 にんにく ブロッコリー 白菜 玉葱 人参 ベーコン コンソメ	牛乳 麦茶 ゼリー せんべい		
30	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★			麦茶	

- ・ * 1 ゼラチン：ハムとヨーグルトにはゼラチンが含まれているものを使用する場合があります。ゼラチンをまだ食べていない場合は、ハム抜き、プレーンヨーグルトで扱
- ・ * 2 山芋：白はんぺんには山芋が含まれている物を使用する場合があります。山芋をまだ食べていない場合は、白はんぺん抜きで提供します。
- ・ BP：ベーキングパウダー HM：ホットケーキミックス
- ・ 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。

