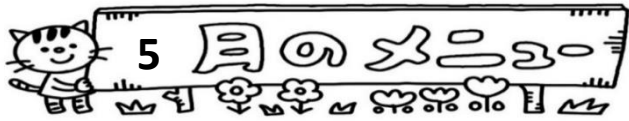


もも組普通食献立表



藤枝聖マリア保育園

日	主 食	献立名	材料名	10時おやつ	材料名
				3時おやつ	
1	ごはん	ひじきご飯 サバのおろし煮 豆腐の味噌汁	米 ひじき 油揚げ 人参 豚ひき肉 干し椎茸 酒 油 醤油 砂糖 サバ 大根 醤油 みりん 酒 砂糖 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 味噌	飲むヨーグルト 牛乳 蒸しパン	(無添加タイプ) HM 卵 砂糖 牛乳 油
2	ごはん	ハンバーグ 胡瓜の酢の物 野菜入りかき卵スープ	鶏・豚ひき肉 玉葱 パン粉 牛乳 塩コショウ 油 ケチャップ ソース 砂糖 胡瓜 玉葱 人参 砂糖 酢 玉葱 人参 ほうれん草 卵 コンソメ	牛乳 麦茶 さつま芋の甘煮	 さつま芋 砂糖
7	ごはん	ピーマンと豚肉の炒め煮 トマトサラダ 豆腐のすまし汁	豚肉 ピーマン 人参 生姜 味噌 砂糖 ごま油 トマト 胡瓜 玉葱 油 砂糖 醤油 酢 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油	牛乳 牛乳 コーンのパンケーキ	 クリームコーン バター HM 卵 牛乳 コーン 油
8	ごはん	さつま芋と厚揚げ煮 もやしの酢の物 豚汁	さつま芋 厚揚げ かつおだし 砂糖 醤油 もやし 胡瓜 人参 鶏ささ身 砂糖 酢 ごま 豚肉 人参 大根 ごぼう 豆腐 葉葱 かつおだし 味噌	牛乳 牛乳 お子様せんべい	
9	めん	スパゲティ ミートソース お花畑サラダ えのきと人参のスープ	スパゲティ 豚ひき肉 人参 玉葱 グリンピース トマトピューレ ケチャップ ソース 砂糖 粉チーズ 油 キャベツ 人参 胡瓜 コーン 油 酢 砂糖 えのき茸 人参 葉葱 コンソメ	牛乳 麦茶 バナナ	
10	ごはん	ツナオムレツ ちりめんと千切り野菜のサワー わかめの味噌汁	卵 ツナ 人参 さやいんげん 玉葱 バター 塩コショウ 切干大根 人参 胡瓜 ちりめんじゃこ しそふりかけ 白葱 わかめ かつおだし 味噌	牛乳 牛乳 オレンジ	
11	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶	
13	ごはん	鶏肉の照り焼き そら豆のホクホクサラダ お麴のスープ	鶏肉 酒 醤油 みりん 小麦粉 そら豆 じゃが芋 人参 コーン マヨネーズ 麴 えのきたけ 葉葱 コンソメ	牛乳 牛乳 カルシウムラスク	 食パン 粉チーズ すりごま マーガリン あおのり
14	ごはん	魚の味噌マヨネーズ焼き 大根の酢の物 わかめスープ	しいら 玉葱 油 味噌 マヨネーズ 大根 胡瓜 酢 砂糖 玉葱 わかめ コンソメ 醤油	牛乳 牛乳 ちんすこう	 小麦粉 砂糖 油
15	めん	肉味噌うどん チキンナゲット 甘酒バナナヨーグルト	うどん もやし 胡瓜 人参 豚ひき肉 干し椎茸 にんにく 酒 味噌 醤油 砂糖 ごま油 かつおだし みりん チキンナゲット 油 プレーンヨーグルト バナナ 甘酒	牛乳 麦茶 カステラ	
16	ごはん	ツナカレー キャベツのごま入りサラダ りんごのコンポート	ツナ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ 油 お子様カレールウ キャベツ 人参 胡瓜 油 酢 砂糖 ごま りんご 砂糖	飲むヨーグルト 牛乳 コーンフロスト	(無添加タイプ)
17	ごはん	肉団子と春雨のスープ煮 新じゃがのバター炒め ヨーグルト	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 パン粉 人参 椎茸 玉葱 白菜 春雨 コンソメ 醤油 じゃが芋 ピーマン ツナ バター 塩コショウ プレーンヨーグルト	牛乳 牛乳 ビスコ	
18	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶	
20	ごはん	鶏肉のマリネ 南瓜のミルク煮 ほうれん草の味噌汁	鶏肉 生姜 酒 醤油 片栗粉 レモン果汁 玉葱 酢 砂糖 南瓜 バター 牛乳 砂糖 ほうれん草 えのき茸 人参 かつおだし 味噌	牛乳 麦茶 おにぎり	 かつお節 葉葱
21	ごはん	豆腐の味噌あんかけ 野菜サラダ かきたま汁	豆腐 豚ひき肉 玉葱 人参 さやいんげん 油 かつおだし 味噌 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 胡瓜 キャベツ コーン 酢 砂糖 油 卵 葉葱 かつおだし 醤油	牛乳 牛乳 バナナ	
22	ごはん	魚のソース焼き 切干大根のバンバンジー お麴のすまし汁	まぐろ 小麦粉 ソース 切干大根 人参 胡瓜 鶏ささ身 マヨネーズ 酢 醤油 砂糖 ごま 麴 葉葱 えのき茸 かつおだし 醤油	牛乳 牛乳 ロールパン	
23	ごはん	豚肉のトマト煮 ひじきのごまネーズ ヨーグルト	豚肉 じゃが芋 人参 マッシュルーム 玉葱 ホールトマト ケチャップ 砂糖 コンソメ 酒 塩コショウ 小麦粉 ひじき キャベツ 人参 コーン 醤油 砂糖 ごま マヨネーズ プレーンヨーグルト	牛乳 麦茶 マカロニの安倍川	 マカロニ 黄粉 砂糖
24	金	～親子バス遠足～ ★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶	
25	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶	
27	ごはん	じゃことひじきのかき揚げ 春雨サラダ じゃが芋の味噌汁	ちりめんじゃこ ひじき 玉葱 人参 葉葱 小麦粉 卵 油 かつおだし 醤油 みりん 砂糖 春雨 胡瓜 コーン 醤油 酢 砂糖 ごま油 じゃが芋 玉葱 油揚げ かつおだし みそ	牛乳 牛乳 ロールパン	
28	めん	煮込みうどん 揚げ餃子 ヨーグルト	うどん わかめ コーン ツナ 葉葱 かつおだし 醤油 餃子 油 プレーンヨーグルト	牛乳 麦茶 キウイフルーツ／ビスケット	
29	ごはん	魚のマヨネーズ焼き 粉ふき芋 かぶのスープ	しいら 玉葱 人参 コーン パセリ 酒 マヨネーズ じゃが芋 あおのり かぶ 鶏肉 玉葱 人参 パセリ コンソメ 醤油	飲むヨーグルト 牛乳 お豆腐ドーナツ	(無添加タイプ) 米粉 BP 豆腐 砂糖 油 粉糖
30	ごはん	新じゃがと焼き豆腐の炒め煮 胡瓜漬け レタススープ	じゃが芋 玉葱 人参 さやえんどう 焼き豆腐 豚肉 油 砂糖 酒 みりん 醤油 胡瓜 人参 酢 みりん 醤油 ごま ごま油 レタス 玉葱 人参 コンソメ	牛乳 麦茶 鮭おにぎり	 米 鮭フレーク ごま
31	ごはん	鶏肉のソース焼き キャベツサラダ えのきともやしの味噌汁	鶏肉 ソース 玉葱 小麦粉 油 キャベツ 胡瓜 人参 レーズン 油 酢 砂糖 えのき茸 もやし 葉葱 かつおだし 味噌	牛乳 牛乳 じゃが芋餅	 じゃが芋 片栗粉 バター

・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 ・マヨネーズ:マヨネーズ風ドレッシング