

もも組（12ヶ月以降）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	
2月	ごはん	魚のムニエル 野菜サラダ オクラのスープ	しいら 小麦粉 バター ソース ケチャップ 砂糖 胡瓜 キャベツ コーン 油 酢 砂糖 オクラ 玉葱 麩 コンソメ	牛乳 麦茶 さくらご飯	米 醤油
3月	めん	冷やし中華 南瓜と厚揚げの煮物 ヨーグルト	中華麺 胡瓜 トマト 卵 砂糖 醤油 酢 中華だしの素 ごま油 ごま 南瓜 厚揚げ かつおだし 砂糖 醤油 プレーンヨーグルト	牛乳 牛乳 バナナ	
4月	ごはん	鶏肉のソース焼き じゃが芋のおかか和え キャベツの味噌汁	鶏肉 玉葱 ソース 小麦粉 油 じゃが芋 人参 玉葱 胡瓜 かつお節 醤油 キャベツ 油揚げ 葉葱 かつおだし 味噌	牛乳 牛乳 お豆腐ドーナツ	米粉 BP 豆腐 砂糖 粉糖 油
5月	ごはん	夏野菜カレー 胡瓜の甘酢和え ヨーグルト	豚肉 じゃが芋 南瓜 茄子 ピーマン 玉葱 人参 トマト缶 (または トマトピューレ) お子様カレールウ 胡瓜 ツナ わかめ 酢 砂糖 プレーンヨーグルト	牛乳 麦茶 ビスケット	
6月	ごはん	ひじき入り鶏つくね 小松菜のごま酢和え そうめんの味噌汁	鶏ひき肉 玉葱 人参 ひじき 酒 片栗粉 砂糖 みりん 醤油 小松菜 人参 油 酢 砂糖 ごま そうめん 椎茸 葉葱 かつおだし 味噌	牛乳 麦茶 ヨーグルト	
7月	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★		麦茶	
9月	ごはん	サバの味噌煮 ひじきのごま和え 豆腐のすまし汁	サバ 味噌 砂糖 生姜 みりん ひじき キャベツ 人参 コーン 砂糖 醤油 ごま 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 醤油	牛乳 牛乳 甘辛ポテト	じゃが芋 片栗粉 油 醤油 砂糖 はちみつ
10月	ごはん	キッシュ風炒り卵 ツナと胡瓜の酢の物 お麩のスープ	大豆 玉葱 ほうれん草 バター 生クリーム 牛乳 卵 粉チーズ 胡瓜 ツナ わかめ 酢 砂糖 醤油 ごま 麩 えのき茸 葉葱 コンソメ	牛乳 麦茶 ヨーグルト	
11月	めん	サラダうどん さつま芋と厚揚げ煮 ヨーグルト	うどん 胡瓜 トマト もやし コーン ツナ わかめ 中華だしの素 酢 砂糖 醤油 ごま油 さつま芋 厚揚げ 砂糖 醤油 プレーンヨーグルト	牛乳 牛乳 小松菜と栗のケーキ	小麦粉 BP バター 砂糖 卵 生クリーム 小松菜 栗
12月	ごはん	タンドリーチキン 野菜のごま和え えのきともやしのスープ	鶏肉 コンソメ にんにく 醤油 ケチャップ ヨーグルト お子様カレールウ キャベツ 人参 砂糖 醤油 ごま えのき茸 もやし 葉葱 コンソメ 醤油	牛乳 麦茶 南瓜のプリンケーキ	南瓜 牛乳 砂糖 HM マーガリン 卵
13月	ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き 磯和え えのきのすまし汁	鮭 キャベツ もやし 人参 油 バター 味噌 醤油 砂糖 ほうれん草 もやし 醤油 焼き海苔 みりん えのき茸 人参 葉葱 かつおだし 醤油	牛乳 牛乳 ロールパン	
14月	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★		麦茶	
17月	ごはん	切干大根の混ぜ寿司 鶏肉の照り焼き じゃが芋の味噌汁 ヨーグルト	切干大根 人参 干し椎茸 油揚げ さやいんげん かつおだし 酢 醤油 砂糖 鶏肉 醤油 酒 みりん じゃが芋 人参 葉葱 かつおだし 味噌 プレーンヨーグルト	牛乳 牛乳 お子様せんべい	
18月	ごはん	豆腐のカレーあんかけ たたき胡瓜 かきたま汁	豆腐 豚肉 玉葱 人参 ほうれん草 じゃが芋 油 お子様カレールウ 醤油 砂糖 コンソメ 胡瓜 酢 砂糖 ごま油 醤油 卵 葉葱 かつおだし 醤油	飲むヨーグルト 牛乳 マーラーカオ	卵 きび砂糖 豆乳 小麦粉 BP 油
19月	ごはん	ツナオムレツ キャベツの味噌ダレサラダ お麩のすまし汁	卵 ツナ 人参 コーン 玉葱 バター キャベツ 人参 胡瓜 鶏ささ身 油 酢 砂糖 味噌 麩 えのき茸 葉葱 かつおだし 醤油	牛乳 牛乳 ビスコ	
20月	ごはん	スパイシーチキン レタスのおかか炒め わかめスープ	鶏肉 にんにく 生姜 砂糖 酒 みりん ごま油 りんごジュース ごま 小麦粉 レタス 胡瓜 コーン ごま油 かつお節 醤油 わかめ 白葱 えのき茸 中華だし	牛乳 麦茶 黄粉ご飯	黄粉 砂糖 米
21月	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★		麦茶	
24月	ごはん	豚肉のトマト煮 春雨サラダ ヨーグルト	豚肉 じゃが芋 人参 マッシュルーム 玉葱 トマト缶 小麦粉 コショウ ケチャップ 砂糖 酒 コンソメ 春雨 胡瓜 醤油 砂糖 酢 ごま油 プレーンヨーグルト	牛乳 麦茶 おからさつま芋クッキー	おから 豆乳 さつま芋
25月	ごはん	厚揚げと野菜煮 胡瓜のナムル なめこそープ	厚揚げ 玉葱 人参 ピーマン 生姜 にんにく 砂糖 醤油 胡瓜 人参 ごま油 砂糖 塩 なめこ 白葱 わかめ 中華だし	牛乳 牛乳 オレンジ／お子様せんべい	
26月	ごはん	焼き鮭 納豆サラダ じゃがにらスープ	鮭 キャベツ もやし 人参 油 バター 味噌 醤油 砂糖 納豆 チーズ 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 ごま油 じゃが芋 人参 にら コンソメ	牛乳 牛乳 ビスコ	
27月	パン	ロールパン 厚揚げとツナ煮 じゃが芋のトマトスープ	ロールパン 厚揚げ ツナ 人参 玉葱 さやいんげん 砂糖 醤油 じゃが芋 人参 玉葱 マカロニ トマト缶 コンソメ	牛乳 麦茶 さつま芋の甘煮	さつま芋 砂糖
28月	土	★お弁当・水筒を持参して下さい★		麦茶	
30月	ごはん	サバのおろし煮 オクラのツナ和え ほうれん草と卵のすまし汁	サバ 大根 醤油 みりん 酒 砂糖 オクラ 人参 ツナ 醤油 ほうれん草 えのき茸 人参 卵 かつおだし 醤油	牛乳 牛乳 サンドイッチ	食パン イチゴジャム

●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