

# もも組給食 献立表



藤枝聖マリア保育園

(概ね15カ月以降の離乳食チェック表に全て○がついた子)

日	主 食	献立名	材料名	10時おやつ
				3時おやつ
1	ごはん	豆腐のそぼろあんかけ 白菜サラダ えのきともやしのスープ	豆腐 人参 鶏ひき肉 さやいんげん コーン かつおだし 醤油 砂糖 油 片栗粉 白菜 胡瓜 <b>りんご缶</b> 油 酢 砂糖 こしょう えのき茸 もやし 人参 葉葱 コンソメ 醤油	飲むヨーグルト（無添加タイプ） 牛乳 / 甘辛ポテト じゃが芋 醤油 砂糖 はちみつ 片栗粉 油
2	パン	チキングラタン レタススープ みかん	鶏肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン アスパラガス マカロニ 小麦粉 バター 牛乳 パン粉 粉チーズ レタス 玉葱 人参 コンソメ みかん	牛乳 麦茶 / 大根飯 米 大根 人参 油揚げ 油 醤油 かつおだし
3	ごはん	ぶりと大根の煮物 もやしの酢の物 ほうれん草と椎茸の味噌汁	ぶり 大根 生姜 砂糖 醤油 もやし 胡瓜 人参 酢 砂糖 ごま ほうれん草 椎茸 かつおだし 味噌	牛乳 牛乳 / スティックパン
4	ごはん	しぞ〜かおでん いそあえ みかん	大根 じゃが芋 豚肉 こんぶだし かつおぶし あおのり 砂糖 酒 みりん 醤油 ほうれん草 もやし 醤油 みりん 焼き海苔 みかん	牛乳 麦茶 ヨーグルト / お子様せんべい
5	ごはん	鶏肉のりんごソース キャベツサラダ じゃがにらスープ	鶏肉 りんご 生姜 砂糖 醤油 酢 酒 片栗粉 油 キャベツ 胡瓜 人参 <b>みかん缶</b> レーズン 油 酢 砂糖 じゃが芋 人参 にら コンソメ	牛乳 牛乳 / ビスコ
6	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶
8	ごはん	ジャーマンオムレツ チンゲン菜のツナマヨ和え 春雨スープ	卵 じゃが芋 玉葱 赤ピーマン バター 牛乳 ケチャップ チンゲン菜 もやし 人参 ツナ 醤油 <b>マヨネーズ</b> 春雨 小松菜 人参 中華だしの素	牛乳 麦茶 ヨーグルト / ビスケット
9	めん	五目うどん 厚揚げのケチャップ煮 ゼリー	うどん 鶏肉 人参 大根 干し椎茸 白葱 小松菜 かつおだし 醤油 みりん 酒 厚揚げ ケチャップ 砂糖 <b>ゼリー</b>	牛乳 牛乳 / 大学芋 さつま芋 ごま 砂糖 醤油 油
10	ごはん	魚のマヨネーズ焼き 納豆サラダ じゃが芋のトマトスープ	しいら 玉葱 人参 コーン パセリ マヨネーズ 酒 納豆 チーズ 胡瓜 人参 酢 醤油 砂糖 ごま油 じゃが芋 人参 玉葱 マカロニ 黄ピーマン ホールトマト缶 コンソメ	牛乳 牛乳 / パナナ
11	ごはん	鶏肉のさっぱり煮 青菜の白和え えのきの味噌汁	鶏肉 生姜 にんにく 醤油 酢 砂糖 ほうれん草 人参 しめじ 豆腐 ねりごま 砂糖 醤油 ごま えのき茸 人参 葉葱 かつおだし 味噌	牛乳 麦茶 / 甘酒フルーツヨーグルト 甘酒 パナナ ヨーグルト
12	ごはん	厚揚げのドライカレー 胡瓜の甘酢和え 飲むヨーグルト	厚揚げ 豚ひき肉 玉葱 人参 生姜 にんにく ケチャップ 醤油 コンソメ <b>カレールウ</b> 油 胡瓜 わかめ <b>みかん缶</b> 酢 砂糖 飲むヨーグルト（無添加タイプ）	牛乳 麦茶 / あんまん
13	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶
15	ごはん	ポトフ 春雨とわかめのサラダ みかん	鶏肉 キャベツ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ パセリ コンソメ 春雨 わかめ 胡瓜 コーン 醤油 酢 砂糖 ごま油 みかん	飲むヨーグルト（無添加タイプ） 牛乳 / コーンフレーククッキー コーンフレーク バター 砂糖 卵 小麦粉 BP
16	ごはん	焼き魚 栄養さんびら 豆腐の味噌汁	鮭 ごぼう 人参 ピーマン 豚ひき肉 干し椎茸 <b>糸蒟蒻</b> 油 醤油 砂糖 ごま 豆腐 人参 葉葱 かつおだし 味噌	牛乳 牛乳 / キャロットケーキ 人参 砂糖 豆乳 米粉 おから BP レーズン 油
17	ごはん	揚げおでん 胡瓜のナムル ヨーグルト	じゃが芋 豚肉 大根 <b>糸蒟蒻</b> 片栗粉 油 砂糖 醤油 味噌 胡瓜 人参 ちりめんじゃこ 醤油 砂糖 ごま油 ヨーグルト	牛乳 牛乳 / ロールパン
18	ごはん	ミートボール キャベツのごま入りサラダ きのこスープ	豚ひき肉 玉葱 パン粉 豆乳 片栗粉 ケチャップ 醤油 酒 醤油 砂糖 酢 キャベツ 人参 胡瓜 ごま 油 酢 砂糖 しめじ えのき茸 人参 豚肉 コンソメ	牛乳 牛乳 / 甘辛おやき 米 <b>もち米</b> 醤油 砂糖 油
19	ごはん	シーチキンピラフ ローストチキン マカロニサラダ コンソメスープ	米 玉葱 人参 マッシュルーム ツナ コンソメ バター パセリ 鶏肉 醤油 みりん にんにく マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 酢 <b>マヨネーズ</b> じゃが芋 人参 しめじ ほうれん草 クリームコーン コンソメ	牛乳 麦茶 / カステラ
20	土	★クリスマスの集い★		
22	ごはん	さわらの柚子香り焼き 南瓜のグラッセ 豚汁	さわら <b>柚子</b> 醤油 みりん 酒 南瓜 バター コンソメ 豚肉 豆腐 大根 人参 ごぼう 里芋 葉葱 かつおだし 味噌	牛乳 牛乳 / どら焼き
23	ごはん	鶏肉のポテトの揚げ煮 小松菜の焼き海苔 オニオンスープ	鶏肉 じゃが芋 人参 さやいんげん 片栗粉 醤油 砂糖 油 小松菜 人参 焼き海苔 醤油 玉葱 人参 パセリ コンソメ	牛乳 牛乳 / マカロニの安倍川 マカロニ 黄粉 砂糖
24	ごはん	雷豆腐 ほうれん草のおかか和え 大根の味噌汁	豆腐 豚ひき肉 人参 玉葱 ごぼう 干し椎茸 筍 <b>糸蒟蒻</b> 生姜 ごま 酒 砂糖 醤油 ごま油 片栗粉 ほうれん草 人参 かつお節 醤油 大根 油揚げ 葉葱 かつおだし 味噌	飲むヨーグルト（無添加タイプ） 牛乳 / パナナ
25	ごはん	チャップチェ さつま芋とひじき煮 中華スープ	豚肉 ピーマン 黄ピーマン 人参 えのき茸 春雨 中華だし 酒 醤油 砂糖 片栗粉 ひじき さつま芋 人参 さやいんげん 油 醤油 砂糖 チンゲン菜 白葱 卵 中華だしの素 醤油 片栗粉	牛乳 麦茶 ヨーグルト / お子様せんべい
26	ごはん	ツナカレー コーンサラダ ゼリー	ツナ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ りんご スキムミルク 油 カレールウ コーン 人参 胡瓜 <b>マヨネーズ</b> ケチャップ <b>ゼリー</b>	牛乳 麦茶 / ビスコ
27	土	★お弁当・水筒・3時のおやつを持参して下さい★		麦茶

・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。

・マヨネーズ:マヨネーズ風ドレッシング(卵不使用) ・BP:ベーキングパウダー HM:ホットケーキミックス

・太字が普通食には入っていない食材・調味料になります。