

3月 献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー:★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

| | 3月2日 (月) | 3月3日 (火) | 3月4日 (水) | 3月5日 (木) | 3月6日 (金) | 3月7日 (土) |
|-----|---|---|---|---|---|-------------|
| 朝間食 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 どうもろこしスナック どうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | 保育参観 |
| 昼食 | ごはん ごはん カレイの照り焼き かれい こいくちしょうゆ 本みりん 清酒(普通) 切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいす(水煮) こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん かつおだし わかめのみぞ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし | サケと春キャベツの混ぜご飯 ごはん 鮭フレーク キャベツ にんじん コーン缶ホール ★いりごま→除去 塩 ★ごま油→除去 プロッコリーのごま和え プロッコリー にんじん 焼き竹輪 砂糖 こいくちしょうゆ ★いりごま→除去 豆腐のすまし汁 しめじ 木綿豆腐 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ | ごはん ごはん 鶏の味噌マヨ焼き 鶏もも 米みそ マヨドレ 清酒(普通) ポテトサラダ じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶ホール まぐろ油漬缶 マヨドレ キャベツとコーンのスープ キャベツ たまねぎ コーン缶ホール 洋風だし | ごはん ごはん 高野豆腐の煮物 鶏もも 高野豆腐 たまねぎ にんじん 干ししいたけ 青ネギ にんにく しょうが ★ごま油→除去 顆粒中華だし 片栗粉 赤みそ 大根のみぞ汁 たまねぎ にんじん だいこん 青ネギ 米みそ かつおだし オレンジ オレンジ | マーボー丼 ごはん 木綿豆腐 豚ミンチ たまねぎ にんじん 生しいたけ 青ネギ にんにく しょうが ★ごま油→除去 顆粒中華だし 片栗粉 赤みそ 春雨の酢の物 はるさめ(乾) キャベツ にんじん きゅうり ★いりごま→除去 穀物酢 砂糖 わかめスープ たまねぎ にんじん カットわかめ 中華だし ★いりごま→除去 | |
| 昼間食 | ほうじ茶 ほうじ茶 たこ焼き風おにぎり ごはん 米粉 なたね油 お好み焼きソース あおさ かつお節 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ひなまつりパフェ いちご バナナ グリーンキウフルーツ 黄桃缶 コーンフレーク 豆乳ホイップ 砂糖 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 りんごゼリー 粉寒天 りんごジュース(濃縮還元) 水 砂糖 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 シリアルバー コーンフレーク マシュマロ レーズン | ほうじ茶 ほうじ茶 豆乳もち 調整豆乳 片栗粉 砂糖 きな粉 | |

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。※完了食のごはんは軟飯です。

※朝のおやつは0~2歳児のみ喫食します。

※★印はアレルギー物質を含む食材です。代替食を記載しておりますので、ご確認ください。

3月 献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー:★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

| | 3月9日 (月) | 3月10日 (火) | 3月11日 (水) | 3月12日 (木) | 3月13日 (金) | 3月14日 (土) |
|-----|---|--|--|--|--|--|
| 朝間食 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい |
| 昼食 | ごはん ごはん 鮭のマヨコーン焼き さけ クリームコーン缶 マヨドレ 清酒(普通) プロッコリーのサラダ プロッコリー にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 オリーブ油 穀物酢 | ツナピラフ ごはん まぐろ油漬缶 たまねぎ にんじん ピーマン コーン缶ホール 顆粒洋風だし パセリ粉 ほうれんそうのソテー たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶなしめじ 顆粒洋風だし | ごはん ごはん 豆腐のケチャップ煮 豚ばら 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ピーマン トマトケチャップ にんにく しょうが 顆粒中華だし 片栗粉 もやしのナムル もやし きゅうり ★ごま油→除去 中華だし | ごはん ごはん 肉じゃが 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく グリンピース(冷凍) かつおだし こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 春キャベツのさっぱり和え キャベツ きゅうり にんじん 穀物酢 砂糖 長ネギのみぞ汁 長ねぎ にんじん カットわかめ 米みそ かつおだし | 鶏ごぼうごはん ごはん 鶏もも ごぼう にんじん まいたけ グリンピース(冷凍) こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 清酒(普通) いんげんのみぞ和え いんげん にんじん ★いりごま→除去 砂糖 米みそ こいくちしょうゆ レタスの和風スープ レタス カットわかめ 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ | 味噌煮込みうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 鶏ミンチ 油揚げ 長ねぎ えのきたけ はくさい 赤みそ 本みりん 砂糖 かつおだし バナナ バナナ |
| 昼間食 | ほうじ茶 ほうじ茶 こうしめしおにぎり ごはん 焼きのり(きざみ海苔) たくあん ★いりごま→除去 ちりめんじゅこ | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ココアドーナツ 米粉のホットケーキミックス 絹ごし豆腐 ピュアココア 砂糖 なたね油 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ぶどうゼリー 粉寒天 ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 カレー風味のポップコーン とうもろこし なたね油 塩 カレー粉 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 大豆と煮干しの甘辛揚げ だいず(水煮) 片栗粉 煮干し なたね油 砂糖 こいくちしょうゆ ★いりごま→除去 | ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい |

3月 献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー:★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

| | 3月16日 (月) | 3月17日 (火) | 3月18日 (水) | 3月19日 (木) | 3月20日 (金) | 3月21日 (土) |
|-----|---|--|--|--|--------------|--|
| 朝間食 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶 | 春分の日 | ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい |
| 昼食 | ごはん ごはん カレイの照り焼き かれい こいくちしょうゆ 本みりん 清酒(普通) 切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいす(水煮) こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん かつおだし わかめのみぞ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし | ごはん ごはん 高野豆腐の煮物 鶏もも 高野豆腐 たまねぎ にんじん 干しいたけ 青ネギ 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし 大根のみぞ汁 たまねぎ にんじん だいこん 青ネギ 米みそ かつおだし オレンジ オレンジ | ひじきチャーハン ごはん 豚ミンチ ひじき にんじん ピーマン 砂糖 こいくちしょうゆ ゆでブロッコリー ブロッコリー コーン缶ホール 塩 野菜スープ たまねぎ にんじん キャベツ コーン缶ホール 洋風だし | カレーライス ごはん 牛もも たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり コーン缶ホール マヨドレ りんご りんご | | きのこうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 豚もも たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ 青ネギ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん バナナ バナナ |
| 昼間食 | ほうじ茶 ほうじ茶 たこ焼き風おにぎり ごはん 米粉 なたね油 お好み焼きソース あおさ かつお節 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 米粉のバナナパンケーキ 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 バナナ | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 りんごゼリー 粉寒天 りんごジュース(濃縮還元) 水 砂糖 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 シリアルバー コーンフレーク マシュマロ レーズン | | ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい |

3月 献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー:★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

| | 3月23日 (月) | 3月24日 (火) | 3月25日 (水) | 3月26日 (木) | 3月27日 (金) | 3月28日 (土) |
|-----|---|--|--|---|--|--|
| 朝間食 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい |
| 昼食 | ごはん ごはん 鮭のマヨコーン焼き さけ クリームコーン缶 マヨドレ 清酒(普通) プロッコリーのサラダ プロッコリー にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 オリーブ油 穀物酢 オニオンスープ たまねぎ ぶなしめじ 洋風だし パセリ粉 | ツナピラフ ごはん まぐろ油漬缶 たまねぎ にんじん ピーマン コーン缶ホール 顆粒洋風だし パセリ粉 ほうれんそうのソテー たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶなしめじ 顆粒洋風だし | ごはん ごはん 豆腐のケチャップ煮 豚ばら 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ピーマン トマトケチャップ にんにく しょうが 顆粒中華だし 片栗粉 もやしのナムル もやし きゅうり ★ごま油→除去 中華だし | ごはん ごはん 肉じゃが 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく トマトケチャップ にんにく こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 春キャベツのさっぱり和え キャベツ きゅうり にんじん 穀物酢 砂糖 長ネギのみそ汁 長ねぎ にんじん カットわかめ 米みそ かつおだし | 二色おにぎり ごはん コーン缶ホール かつお節 混ぜ込みわかめ 鶏のから揚げ 鶏もも にんにく しょうが こいくちしょうゆ 清酒(普通) ★ごま油→除去 片栗粉 なたね油 ポテトサラダ じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶ホール まぐろ油漬缶 マヨドレ いちご いちご | 味噌煮込みうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 鶏ミンチ 油揚げ 長ねぎ えのきたけ はくさい 赤みそ 本みりん 砂糖 かつおだし バナナ バナナ |
| 昼間食 | ほうじ茶 ほうじ茶 こうしめしおにぎり ごはん 焼きのり(きざみ海苔) たくあん ★いりごま→除去 ちりめんじゅこ | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ココアドーナツ 米粉のホットケーキミックス 絹ごし豆腐 ピュアココア 砂糖 なたね油 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ぶどうゼリー 粉寒天 ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 カレー風味のポップコーン とうもろこし なたね油 塩 カレー粉 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 どら焼き 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 ケーキシロップ つぶしねりあん | ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい |

3月 献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー:★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

| | 3月30日 (月) | 3月31日 (火) | | | |
|-------------|---|--|--|--|--|
| 朝 間 食 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶 | | | |
| 昼 食 | 鶏ごぼうごはん ごはん 鶏もも ごぼう にんじん まいたけ グリンピース(冷凍) こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 清酒(普通) いんげんのみそ和え いんげん にんじん ★いりごま 砂糖 米みそ こいくちしょうゆ レタスの和風スープ レタス カットわかめ 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ | カレーライス ごはん 牛もも たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり コーン缶ホール マヨドレ バナナ バナナ | | | |
| 昼 間 食 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 大豆と煮干しの甘辛揚げ だいす(水煮) 片栗粉 煮干し なたね油 砂糖 こいくちしょうゆ ★いりごま→除去 | 牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 シリアルバー コーンフレーク マシュマロ レーズン | | | |