

第一保育所 3月献立



日	曜日	午前おやつ		午後おやつ		主な食材	kcal	塩分				
		離乳	乳児	離乳	乳児							
1	土	おかし	おかし	きつねうどん、キャベツソテー、フルーツ		うどん、油揚げ、ほうれん草、葱//キャベツ、人参、ウィンナー//みかん缶	牛乳	434	2.2			
ひな祭り	3	月	ポーロ	ひなあられ	ちらし寿司、じゃがいも煮、菜の花のお浸し、吸物		ベビーダノン	もも寒天	米、人参、鮭フレーク、しいたけ、卵、胡瓜、でんぶ//じゃが芋、人参、いんげん//菜の花、コーン、えのき//みつば、麩、わかめ//ももジュース、寒天	牛乳	499	1.9
	4	火	ひじきせんべい	カニチップ	中華飯、春雨サラダ、わかめスープ		魚せんべい	ココナッツサブレ	米、豚肉、白菜、人参、しいたけ、玉葱、葱//春雨、ツナ、胡瓜、人参、マヨネーズ//玉葱、わかめ、しめじ	牛乳	505	1.2
	5	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	ごはん、厚揚げの肉味噌かけ、小松菜煮浸し、吸物		南瓜煮	ホットケーキ	米//厚揚げ、鶏ミンチ、玉葱、グリーンピース//小松菜、人参、さつま揚げ//玉葱、大根、みつば//ホットケーキミックス、牛乳、卵、ケーキシロップ	牛乳	532	2.6
6	木	魚せんべい	ハッピーターン	ごはん、ふりかけ、煮魚、さつま芋サラダ、味噌汁		野菜スナック	動物ビスケット	米//ふりかけ//赤魚//さつま芋、人参、ブロッコリー、マヨネーズ//玉葱、わかめ、油揚げ	牛乳	528	1.7	
7	金	ハイハイ野菜	ベジたべる	パン、ビーフシチュー、コールスローサラダ、フルーツ		魚スナック	マカロニきな粉	パン、ジャム//牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、シチューの素//キャベツ、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ、レモン汁//黄桃缶、パン缶//マカロニ、きな粉	牛乳	515	2.2	
8	土	おかし	おかし	スパゲッティナポリタン、ブロッコリーサラダ、コンソメスープ		おかし	おかし	スパゲティ、ウィンナー、玉葱、ピーマン、ケチャップ//ブロッコリー、人参、じゃが芋、マヨネーズ//人参、玉葱、パセリ	牛乳	458	1.5	
10	月	ハイハイ	星たべよ	ごはん、ふりかけ、コロッケ、ひじき煮、味噌汁		ベビーダノン	カルピス寒天	米//ふりかけ//コロッケ//ひじき、人参、さつま揚げ、絹さや//豆腐、えのき、小松菜//カルピス、寒天	牛乳	472	2.0	
11	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	卵うどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ		野菜スナック	ハーベスト	うどん、卵、ほうれん草、玉葱、人参//竹輪、青のり、天ぷら粉//黄桃缶、みかん缶	牛乳	469	2.2	
12	水	おこめせんべい	白い風船	菜飯、魚の西京焼き、ポテトサラダ、のっぺい汁		さつま芋煮	ジャム蒸しパン	米、菜飯の素//鯖//じゃが芋、ブロッコリー、人参、卵、マヨネーズ//大根、人参、鶏肉、ごぼう、葱//ホットケーキミックス、ジャム	牛乳	531	1.5	
お別れ会	13	木	魚せんべい	ぼたぼた焼き	チキンライス、フライドポテト、りんごサラダ、コンソメスープ		バナナ	ブチシュー	米、鶏肉、玉葱、人参、グリーンピース、ケチャップ//フライドポテト//キャベツ、人参、胡瓜、りんご//玉葱、しめじ、パセリ	牛乳	478	1.0
	14	金	ハイハイ野菜	とんがりコーン	ごはん、麻婆豆腐、ほうれん草のナムル、わかめスープ		魚スナック	ムーンライトクッキー	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、葱、しいたけ//ほうれん草、人参、もやし//わかめ、玉葱、えのき	牛乳	523	3.5
	15	土	おかし	おかし	お好み焼き、さつま芋レモン煮、スープ		おかし	おかし	キャベツ、葱、豚肉、卵、小麦粉、青のり、かつお節、お好み焼きソース、マヨネーズ//さつま芋、レモン汁//玉葱、わかめ、コーン	牛乳	472	1.2
17	月	ハイハイ	ばりんこ	ゆかりごはん、白身フライ、マカロニサラダ、吸物		ベビーダノン	プリン	米、ゆかり//白身フライ//マカロニ、ミックスベジタブル、マヨネーズ//麩、小松菜、わかめ//プリンの素、牛乳	牛乳	529	1.7	
18	火	ひじきせんべい	カニチップ	焼きそば、青のりポテト、チンゲン菜スープ		野菜スナック	ココナッツサブレ	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン//じゃが芋、青のり//チンゲン菜、玉葱、人参	牛乳	486	2.2	
19	水	魚せんべい	カルシウムせんべい	カレーライス、ミモザサラダ、フルーツヨーグルト		おこめせんべい	動物ビスケット	米、豚肉、じゃがいも、玉葱、人参、カレー粉//ブロッコリー、人参、卵、マヨネーズ//パン缶、みかん缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	568	1.6	
21	金	ハイハイ野菜	ベジたべる	親子丼、ほうれん草のしらす和え、味噌汁		魚スナック	豆乳きなこ餅	米、鶏肉、卵、玉葱//ほうれん草、人参、しらす干し//大根、葱、わかめ//豆乳、きな粉	牛乳	481	1.8	
22	土	おかし	おかし	にゅうめん、かき揚げ、さつま芋煮		おかし	おかし	そうめん、卵、わかめ、葱//玉葱、人参、竹輪//さつま芋	牛乳	508	1.9	
24	月	ハイハイ	星たべよ	エビピラフ、ブロッコリーサラダ、コーンポタージュ		魚スナック	ハーベスト	米、えび、コーン、玉葱、人参、ピーマン//ブロッコリー、じゃが芋、人参、ケチャップ、マヨネーズ//コーンスープの素	牛乳	479	1.7	
25	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	ごはん、鶏肉の唐揚げ、パンサンスー、スープ		南瓜煮	豆腐黄桃ケーキ	米//鶏肉//春雨、胡瓜、ハム//玉葱、じゃが芋、パセリ//ホットケーキミックス、黄桃缶、豆腐、マーガリン(植物性)	牛乳	577	1.4	
修了式 希望保育	26	水	おこめせんべい	白い風船	ごはん、ハンバーグ、スパゲティサラダ、コンソメスープ		ハイハイ	ムーンライトクッキー	米//ハンバーグ、しめじ、玉葱、ケチャップ//スパゲティ、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ//玉葱、人参、チンゲン菜	牛乳	494	1.2
	27	木	魚せんべい	ぼたぼた焼き	ごはん、ツナじゃが、お浸し、味噌汁		ひじきせんべい	マリービスケット	米//ツナ、じゃがいも、玉葱、人参、インゲン//白菜、ほうれん草、人参、かつお節//玉葱、わかめ、麩	牛乳	517	1.9
	28	金	ハイハイ野菜	とんがりコーン	ごはん、ふりかけ、筑前煮、かにかまサラダ、味噌汁		野菜スナック	ビスコ	米//ふりかけ//鶏肉、里芋、ごぼう、人参、しいたけ、大根、いんげん//ブロッコリー、人参、かにかま、マヨネーズ//玉葱、油揚げ、小松菜	牛乳	507	1.8
	29	土	おかし	おかし	そぼろごはん、キャベツのおかか和え、味噌汁		おかし	おかし	米、鶏ミンチ、グリーンピース//キャベツ、人参、かつお節//麩、わかめ、葱	牛乳	463	1.7
31	月	ハイハイ	ばりんこ	ごはん、ふりかけ、ささみカツ、いんげんごまみそ和え、吸物		ベビーダノン	りんご寒天	米//ふりかけ//ささみカツ//いんげん、竹輪、人参、ごま//わかめ、葱、麩//リンゴジュース、寒天	牛乳	481	2.0	

☆離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。
 ☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願い致します。
 ☆ホットケーキミックスは(乳・卵)不使用で提供いたします。
 ☆マヨネーズは特定原材料7品目・カレーは28品目 未使用のもので提供しています。

