

平成30年

3月献立表

友田保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 木	カブ寿司 えびフライ 豆腐タルタルソース 菜の花のお浸し はんぺんのすまし汁 いちご	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／上白糖／きびざとう／薄力粉／パン粉(乾燥)／調合油／マヨネーズ(全卵型)／桜もち(関東風)／あらね／粉砂糖	牛乳／鶏若鶏肉ひき肉／卵／ブラックタイガー(養殖)／木綿豆腐／粉チーズ／かつお加工品(削り節)／はんぺん／ながこんぶ(素干し)	にんじん／さやえんどう／玉葱／パセリ／ほうれんそう／和種なばな／こねぎ／いちご	さくらもち ひなあられ 牛乳	16 金	麦ごはん おろしハンバーグ コーンポテト スナックえんどう 水菜と油揚げの味噌汁 でこぼん	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／パン粉(生)／調合油／白ごま(いり)／きびざとう／有塩バター／上白糖／粉砂糖	牛乳／豚ひき肉／卵／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／鶏成鶏肉モモ(皮なし)	玉葱／だいこん／とうもろこし缶詰(ホール)／パセリ／スナップえんどう／みずな／にんじん／きよみ(砂じょう、生)／はくさい／ねぎ	洋風すいとん 牛乳
2 金	豚丼 小魚サラダ 玉ねぎとわかめの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／調合油／焼きふ(板ふ)	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／豚モモ(脂身付き)／しらす干し(微乾燥品)／干ひじき(アミノ酸、乾)／わかめ／みみそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	玉葱／にんじん／キャベツ／バナナ	ぶどうゼリー ウエハース 牛乳	17 土	ツナとジャムのサンド ブロッコリーサラダ(卵) コンソメスープ バナナ	食パン(市販品)／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／調合油／じゃがいも／カステラ	豆乳／まぐろ缶詰(油漬フルケイト)／ロースハム／卵／ベーコン／牛乳	いちごジャム(低糖度)／キャベツ／ブロッコリー／にんじん／玉葱／パセリ／バナナ	カステラ 牛乳
3 土	ツナとジャムのサンド ブロッコリーサラダ(卵) コンソメスープ バナナ	食パン(市販品)／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／調合油／じゃがいも／カステラ	豆乳／まぐろ缶詰(油漬フルケイト)／ロースハム／卵／ベーコン／牛乳	いちごジャム(低糖度)／キャベツ／ブロッコリー／にんじん／玉葱／パセリ／バナナ	カステラ 牛乳	19 月	麦ごはん ヒレカツ 野菜のごま酢和え 豆腐と白菜の味噌汁 でこぼん	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／パン粉(生)／調合油／白ごま(いり)／きびざとう／有塩バター／上白糖／粉砂糖	牛乳／豚ひれ／卵／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	だいこん／にんじん／キャベツ／きゅうり／はくさい／ほんしめじ／こねぎ／よみ(砂じょう、生)	スノーボール 牛乳
5 月	麦ごはん ヒレカツ 野菜のごま酢和え 豆腐と白菜の味噌汁 でこぼん	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／パン粉(生)／調合油／白ごま(いり)／きびざとう／有塩バター／上白糖／粉砂糖	牛乳／豚ひれ／卵／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	だいこん／にんじん／キャベツ／きゅうり／はくさい／ほんしめじ／こねぎ	スノーボール 牛乳	20 火	ロールパン ポテトグラタン きやべつとコーンのサラダ コンソメスープ りんご	ロールパン／じゃがいも／調合油／有塩バター／薄力粉／パン粉(乾燥)／きびざとう／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)	牛乳／ベーコン／粉チーズ／豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)	玉葱／にんじん／マッシュルーム(水煮缶詰)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／セロリー／パセリ／りんご／しょうが	肉味噌おにぎり 牛乳
6 火	ロールパン ポテトグラタン きやべつとコーンのサラダ コンソメスープ バナナ	ロールパン／じゃがいも／調合油／有塩バター／薄力粉／パン粉(乾燥)／きびざとう／ショートケーキ	ヨーグルト(ドリンクタイプ)／ベーコン／牛乳／粉チーズ	玉葱／にんじん／マッシュルーム(水煮缶詰)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／セロリー／パセリ／バナナ	ケーキ 牛乳	22 木	黒米入りごはん かじきのみそ焼き 大豆の五目煮 もやしと人参の味噌汁 りんご	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／糸こんにやく／食パン(市販品)／マヨネーズ(全卵型)	牛乳／めかじき／米みそ(淡色辛みそ)／大豆(国産、ゆで)／刻み昆布／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／プロセスチーズ／ロースハム	にんじん／ごぼう／りよくとうもろやし／ねぎ／えのきたけ／りんご／キャベツ	ホットサンド 牛乳
7 水	ハヤシライス ひじきサラダ 春雨とわかめのスープ いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／マヨネーズ(全卵型)／緑豆はるさめ／白ごま(いり)／プレミックス粉(約1/4用)／甘納豆(あずき)	豚モモ(脂身付き)／干ひじき(ステンレス釜、乾)／ロースハム／卵／わかめ／牛乳	野菜ジュース／にんにく(りん茎)／しょうが／玉葱／にんじん／マッシュルーム(水煮缶詰)／大根(福神漬)／グリーンピース(冷凍)／きゅうり／ねぎ／いよかん	抹茶蒸しパン 牛乳	23 金	ラーメン 肉団子の甘辛煮 でこぼん	中華めん(生)／ごま油／パン粉(生)／調合油／きびざとう／かたくちいわし／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)	牛乳／豚モモ(脂身付き)／豚ひき肉／卵／しらす干し(半乾燥品)／カットわかめ	りよくとうもろやし／にら／とうもろこし缶詰(ホール)／玉葱／しょうが	しらすとわかめのおにぎり 牛乳
8 木	黒米入りごはん かじきのみそ焼き 大豆の五目煮 もやしと人参の味噌汁 りんご	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／糸こんにやく／食パン(市販品)／マヨネーズ(全卵型)	牛乳／めかじき／米みそ(淡色辛みそ)／大豆(国産、ゆで)／刻み昆布／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／プロセスチーズ／ロースハム	にんじん／ごぼう／りよくとうもろやし／ねぎ／えのきたけ／りんご／キャベツ	ホットサンド 牛乳	24 土	スパゲティ ミートソース 白菜のフレンチサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲティ／有塩バター／調合油／きびざとう／じゃがいも／クリームパン	豆乳／豚ひき肉／粉チーズ／ロースハム／牛乳	玉葱／にんじん／青ピーマン／トマト缶詰(ホール)／はくさい／だいこん／ほうれんそう／とうもろこし缶詰(ホール)／生しいたけ(菌栽培、生)／バナナ	ミニクリームパン 牛乳
9 金	わかめごはん ニクロワッサン 鶏の唐揚げ・ウインナー フレンチサラダ あさりのチャウダー いちご	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／クロワッサン／かたくちいわし／薄力粉／調合油／きびざとう／じゃがいも／有塩バター／カスタードプリン	カットわかめ／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／ウインナー／ロースハム／ベーコン／あさり(缶詰、水煮)／牛乳／卵(植物性脂肪)	野菜ジュース／キャベツ／ブロッコリー／にんじん／とうもろこし缶詰(ホール)／玉葱／パセリ／いちご／バナナ／温州蜜柑缶詰(果肉)／りんアップル(缶詰)／さくらんぼ(缶詰)	プリンアラモード 牛乳	26 月	マーボーなす丼 五目和え しめじとわかめの味噌汁 いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／かたくちいわし／白ごま(いり)／だんご粉／黒ごま(すり)	牛乳／豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／ロースハム／油揚げ／わかめ／かたくちいわし(煮干し)	なす／にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／きゅうり／りよくとうもろやし／ほんしめじ／ねぎ／いよかん	ごまだんご 牛乳
10 土	スパゲティ ミートソース 白菜のフレンチサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲティ／有塩バター／調合油／きびざとう／じゃがいも／クリームパン	豆乳／豚ひき肉／粉チーズ／ロースハム／牛乳	玉葱／にんじん／青ピーマン／トマト缶詰(ホール)／はくさい／だいこん／ほうれんそう／とうもろこし缶詰(ホール)／生しいたけ(菌栽培、生)／バナナ	ミニクリームパン 牛乳	27 火	ロールパン ローストチキン ほうれん草のソテー(ベ-コン) トマトと豆のスープ バナナ	ロールパン／有塩バター／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／白ごま(いり)	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／ベーコン／大豆(国産、ゆで)／かつお加工品(かつお節)／卵	玉葱／しょうが／にんにく(りん茎)／ほうれんそう／にんじん／トマト缶詰(ホール)／バナナ／こまつな	菜の花むすび 牛乳
12 月	マーボーなす丼 五目和え しめじとわかめの味噌汁 いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／かたくちいわし／白ごま(いり)／だんご粉／黒ごま(すり)	牛乳／豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／ロースハム／油揚げ／わかめ／かたくちいわし(煮干し)	なす／にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／きゅうり／りよくとうもろやし／ほんしめじ／ねぎ／いよかん	ごまだんご 牛乳	28 水	ごはん 鮭フライ アスパラとハムのサラダ なすの味噌汁 いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／パン粉(乾燥)／調合油／マヨネーズ(全卵型)／有塩バター／上白糖	しろさけ／卵／粉チーズ／ロースハム／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／牛乳	野菜ジュース／パセリ／アスパラガス／きゅうり／キャベツ／なす／にんじん／玉葱／いよかん／りんご	りんごのケーキ 牛乳
13 火	ロールパン ローストチキン ほうれん草のソテー(ベ-コン) トマトと豆のスープ バナナ	ロールパン／有塩バター／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／白ごま(いり)	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付、生)／ベーコン／大豆(国産、ゆで)／かつお加工品(かつお節)／卵	玉葱／しょうが／にんにく(りん茎)／ほうれんそう／にんじん／トマト缶詰(ホール)／バナナ／こまつな	菜の花むすび 牛乳	29 木	ごはん にら玉 ひじきのナムル えのき茸と麩のすまし汁 りんご	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／ごま油／焼きふ(板ふ)／コッペパン(市販品)／グラニュー糖	牛乳／木綿豆腐／卵／干ひじき(ステンレス釜、乾)／ながこんぶ(素干し)／かつお加工品(削り節)／きな粉(大豆)	にら／りよくとうもろやし／にんじん／えのきたけ／りんご	きなご揚げパン 牛乳
14 水	ごはん 鮭フライ アスパラとハムのサラダ なすの味噌汁 いよかん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／パン粉(乾燥)／調合油／マヨネーズ(全卵型)／有塩バター／上白糖	牛乳／木綿豆腐／卵／干ひじき(ステンレス釜、乾)／ながこんぶ(素干し)／かつお加工品(削り節)／きな粉(大豆)	野菜ジュース／パセリ／アスパラガス／きゅうり／キャベツ／なす／にんじん／玉葱／いよかん／りんご	りんごのケーキ 牛乳	30 金	麦ごはん おろしハンバーグ コーンポテト スナックえんどう 水菜と油揚げの味噌汁 でこぼん	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／パン粉(生)／じゃがいも／有塩バター／すいとん粉	牛乳／豚ひき肉／卵／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／鶏成鶏肉モモ(皮なし)	玉葱／だいこん／とうもろこし缶詰(ホール)／パセリ／スナップえんどう／みずな／にんじん／きよみ(砂じょう、生)／はくさい／ねぎ	洋風すいとん 牛乳
15 木	ごはん にら玉 ひじきのナムル えのき茸と麩のすまし汁 りんご	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／調合油／きびざとう／ごま油／焼きふ(板ふ)／コッペパン(市販品)／グラニュー糖	牛乳／木綿豆腐／卵／干ひじき(ステンレス釜、乾)／ながこんぶ(素干し)／かつお加工品(削り節)／きな粉(大豆)	にら／りよくとうもろやし／にんじん／えのきたけ／りんご	きなご揚げパン 牛乳	31 土	ツナとジャムのサンド ブロッコリーサラダ(卵) コンソメスープ バナナ	食パン(市販品)／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／調合油／じゃがいも／カステラ	豆乳／まぐろ缶詰(油漬フルケイト)／ロースハム／卵／ベーコン／牛乳	いちごジャム(低糖度)／キャベツ／ブロッコリー／にんじん／玉葱／パセリ／バナナ	カステラ 牛乳