

# 2024年3月給食だより（幼児）

大領乳児保育園

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
1	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ご飯（白ごはん） 鶏肉のマーメレード焼き キャベツサラダ さつまいもの味噌汁	鶏肉 味噌	キャベツ・ホールコーン 玉ねぎ	精白米 マーメレード さつまいも	料理酒・濃口醤油 和風たまねぎドレッシング だし汁
		3時	牛乳 チーズ蒸しパン	牛乳（乳） チーズ（乳）			小麦粉（小麦）・上白糖・キャノーラ油
4	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	三色丼 ほうれん草の和えもの 花魁のすまし汁	合ミンチ・玉子 ツナ缶	土しょうが・人参 チンゲン菜・ホールコーン 玉ねぎ・青ねぎ	精白米・上白糖 上白糖 花魁（小麦）	濃口醤油・みりん・しょうだし 濃口醤油・だし汁 薄口醤油・みりん・塩・だし汁
		3時	牛乳 ひなまつりケーキ	牛乳（乳）	うらごしグリンピース		小麦粉（小麦）・上白糖・キャノーラ油・かき水シロップ
5	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	中華丼（白ごはん） ちくちり わかめスープ	豚肉 竹輪	玉ねぎ・白米・たけのこ・人参・しいたけ・きぬさや・しょうが 玉ねぎ・グリーンピース 干わかめ・もやし	上白糖・片栗粉・ごま油・精白米 ごま油・上白糖	ラーメンスープ・濃口醤油 濃口醤油・ケチャップ・ガラスープ・料理酒 濃口醤油・中華味・水
		3時	牛乳 心のラスク	牛乳（乳）			切りふ（小麦）・キャノーラ油・上白糖
6	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ちらし寿司 かぼちゃのそぼろ煮 大根のすまし汁	ピンクテンプ・竹輪・錦糸玉子（卵） とりミンチ うすあげ	きぬさや 南瓜・グリーンピース 大根・青ねぎ	精白米 上白糖	ちらし寿司の素 だし汁・濃口醤油 薄口醤油・みりん・塩・だし汁
		3時	お茶 ハバロア（いちごジャム）	牛乳（乳）			いちごジャム
7	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	和風スパゲティ ブロッコリーのマヨ炒め ほうれん草のスープ	鶏肉	玉ねぎ・人参・しめじ・しいたけ・にんにく ブロッコリー・ホールコーン チンゲン菜・人参	スパゲッティ（小麦）・キャノーラ油・上白糖 マヨドレ	濃口醤油・塩 塩・濃口醤油 コンソメ
		3時	牛乳 じゃがいものチーズおやき	牛乳（乳） 粉チーズ（乳）	人参		メークイン・片栗粉・キャノーラ油
8	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ご飯（白ごはん） 豚肉と野菜の生姜炒め 豆腐サラダ ふの味噌汁	豚肉 豆腐 味噌	玉ねぎ・キャベツ・人参・しょうが 小松菜・ホールコーン えのきだけ・青ねぎ	精白米 上白糖・キャノーラ油	濃口醤油 和風たまねぎドレッシング だし汁
		3時	牛乳 バナナケーキ	牛乳（乳）	バナナ		小麦粉（小麦）・上白糖・キャノーラ油
11	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ご飯（白ごはん） 白身魚フライ 切干大根の煮物 白菜の味噌汁	白身魚フライ（小麦） 味噌	切干大根・人参・三度豆 白菜・人参	精白米 キャノーラ油 上白糖	とんかつソース 濃口醤油・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳（乳） 豆腐			小麦粉（小麦）・上白糖・キャノーラ油
12	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	焼きそば ミートボール 小松菜の和えもの	豚肉 ミートボール（小麦、乳）	キャベツ・人参・玉ねぎ 小松菜・白菜	中華麺（小麦）・キャノーラ油 上白糖	塩・焼きそばソース 濃口醤油
		3時	お茶 ゆかりおにぎり		ゆかり		精白米
13	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	ご飯（白ごはん） からあげ ポテトサラダ 玉ねぎの味噌汁	鶏肉 味噌	しょうが・にんにく 人参・きゅうり 玉ねぎ・干わかめ	精白米 ごま油・片栗粉・小麦粉（小麦） メークイン・マヨドレ	料理酒・濃口醤油 塩 だし汁
		3時	牛乳 心のラスク（ココア）	牛乳（乳）			切りふ（小麦）・マーガリン（乳）・上白糖
14	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳（乳）			ビスケット※
		昼食	野菜ピラフ 手作りミニコロッケ キャベツスープ	ツナ缶 豚ミンチ・大豆ミート	玉ねぎ・人参・三度豆 玉ねぎ キャベツ・ホールコーン	キャノーラ油・マーガリン（乳）・精白米 マッシュポテト・上白糖・マヨドレ・パン粉（小麦）・キャノーラ油	コンソメ・塩 塩 コンソメ
		3時	牛乳 ハートクッキー	牛乳（乳）			小麦粉（小麦）・マーガリン（乳）・上白糖

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
15	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	カレーライス(白ごはん) マカロニサラダ フィッシュ お茶	豚肉 チーズ(乳)	玉ねぎ・人参 きゅうり・赤パプリカ	精白米・メークイン・キャノーラ油 マカロニ(小麦)・マヨドレ	とろけるカレー(小麦)・塩・水 塩
		3時	フルーツヨーグルト(ヨーグルト)	ヨーグルト(乳)	パイン缶・みかん缶	上白糖・コーンフレーク	
18	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ガパオライス フロッキーのごまサラダ 白菜のスープ	とりミンチ・大豆ミート	玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン・黄パプリカ フロッキー・ホールコーン 白菜・玉ねぎ	精白米・上白糖・キャノーラ油	ウスターソース・ケチャップ・濃口醤油 ナポリ焙煎ごまドレッシング コンソメ
		3時	牛乳 マーブルケーキ	牛乳(乳)			小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油
19	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	きつねうどん シューマイ ほうれん草の和え物	あげ シューマイ(小麦,卵) 竹輪	干しいたけ・人参・青ねぎ ほうれん草・人参	うどん(小麦) 上白糖	うどんつゆ・水・薄口醤油・みりん・料理酒 濃口醤油
		3時	お茶 なめしおにぎり		菜めしの素	精白米	・
21	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯(白ごはん) たらのマヨネーズ焼き 春雨サラダ ふの味噌汁	たら 味噌	人参・三度豆 チンゲン菜	精白米 マヨドレ 春雨・ごま油・上白糖 切りふ(小麦)	料理酒・塩 濃口醤油・酢 だし汁
		3時	お茶 プリン	牛乳(乳)			・ プリンの素(乳)
22	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯(白ごはん) ビーフ炒め 大根と大根葉の塩昆布和え わかめのスープ	豚肉	キャベツ・人参・青ねぎ 大根・葉大根・細切りゆき昆布 干わかめ・もやし	精白米 ビーフ・上白糖・キャノーラ油 ごま油	濃口醤油・塩・コショウ・中華味 中華味・濃口醤油
		3時	牛乳 ふかしもち	牛乳(乳)			さつまいも
25	月	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯(白ごはん) さけの塩焼き がんもの煮物 大根の味噌汁	さけ がんも 味噌	きぬさや 大根・人参・青ねぎ	精白米 上白糖	 料理酒・塩 薄口醤油・みりん・料理酒・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 ココアクッキー	牛乳(乳)			マーガリン(乳)・上白糖・小麦粉(小麦)
26	火	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	ご飯(白ごはん) マヨだれチキン ほうれん草のおかか和え 玉ねぎの味噌汁	鶏肉 竹輪・花かつお うすあげ・味噌	チンゲン菜 玉ねぎ・青ねぎ	精白米 マヨドレ 上白糖	焼肉のたれ 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 かぼちゃ蒸しパン	牛乳(乳)	南瓜	小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	
27	水	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	マーボー丼(白ごはん) じゃがいものカレー金平 もやし中華スープ	豆腐・豚ミンチ・大豆ミート・赤味噌	しょうが・玉ねぎ・青ねぎ 人参・グリーンピース もやし・干わかめ	精白米・ごま油・片栗粉 メークイン・上白糖・キャノーラ油	濃口醤油 濃口醤油・みりん・加-粉 濃口醤油・中華味
		3時	お茶 ちぢみ	豆腐	ニラ・人参・玉ねぎ	片ミックス粉(小麦)・白ごま・ごま油	・ 中華味・濃口醤油
28	木	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	肉うどん 竹輪の磯部揚げ キャベツと加工のサラダ	牛肉 竹輪 カニカマ	玉ねぎ・青ねぎ あおのり キャベツ・きゅうり	うどん(小麦) 小麦粉(小麦)・キャノーラ油	うどんつゆ・塩・薄口醤油・みりん・料理酒・水 水 ナポリ焙煎ごまドレッシング
		3時	お茶 ふりかけおにぎり			精白米	・ かつおふりかけ
29	金	10時	牛乳 ビスケット	牛乳(乳)			ビスケット※
		昼食	五目チャーハン 白菜のそぼろ煮 小松菜のスープ	豚肉・カニカマ とりミンチ	しいたけ・人参・青ねぎ 白菜・グリーンピース 小松菜・しめじ	精白米・ごま油	 中華味・濃口醤油・コショウ 料理酒・みりん・濃口醤油・だし汁 濃口醤油・中華味
		3時	牛乳 ホットケーキ	牛乳(乳)			小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油・メ-ブ 粉077

1~2歳栄養価の平均 エネルギー(エ) 450kcal たんぱく質(たん) 17.4g 脂質(脂) 13.6g 食塩相当量(食塩) 1.5g

- ★都合により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。
- ★土曜日はハン給食またはお弁当です。
- ★( )内は小麦、卵、乳を含む製品です。
- ★マヨドレは卵不使用のマヨネースタイプのドレッシングです。
- ★※10時おやつは園より提供になります。

名 阪 食 品

