

2020年3月給食予定献立表

藤認定こども園

日	曜日	献立名	使っている主な材料				午前おやつ	午後おやつ
			赤色の食品 (血や肉をつくる)	緑色の食品 (体の調子をととのえる)	黄色の食品 (力や体温になる)	その他		
2	月	麦ごはん さわらのマヨネーズ焼き 切干大根サラダ みそ汁	骨なしサワラ, 白味噌 ベーコン 味噌, わかめ	玉葱, パセリ 切干大根, キャベツ, 豆苗, 人参 南瓜, 玉葱	米, 押麦 マヨドレ 油, 砂糖	酢, 醤油	フルーツ 牛乳	
3	火	ちらし寿司 ささみ胡瓜和え すまし汁 デザート	高野豆腐, ちりめんじゃこ, 板でんぶ, 鰹糸, 玉子 チキン水煮	人参, 椎茸, スライス, きぬさや 胡瓜, 人参 えのき茸, 小松菜	米, 砂糖 春雨, 砂糖 おつゆ麩 季節のデザート	すし酢, だし汁, 醤油 醤油 醤油, 食塩	フルーツ 牛乳	
4	水	ロールパン コーンコロッケ ツナポパイサラダ コンソメスープ・牛乳	ベーコン シーチキン	コーン, 玉葱 法連草, 人参, キャベツ 大根, 人参, 玉葱	ロールパン じゃがいも, 小麦粉, パン粉, 油	食塩 ごまドレ HFコソメ, 食塩	フルーツ 牛乳	お好み焼き
5	木	わかめごはん 鶏肉のから揚げ コールスローサラダ みそ汁 ゼリー	鶏肉もも ロースハム 味噌, わかめ	わかめご飯の素 土生姜 キャベツ, 胡瓜, 人参, コーン 玉葱, 白菜	米 片栗粉, 油 砂糖, マヨドレ	料理酒, 醤油 酢 くだものゼリー	フルーツ 牛乳	
6	金	ハヤシライス コールスローサラダ ヨーグルト	豚小間 ヨーグルト	玉葱, 人参, グリビー キャベツ, 胡瓜, 人参, コーン	米, じゃがいも, 油 油, 砂糖	パセリ, 酢, キャベツ 塩, 酢	フルーツ 牛乳	
7	土	鶏肉のスタミナ炒め丼 みそ汁 フルーツ	鶏肉むね 味噌	玉葱, 人参, にんにく オレンジ	米, 砂糖, 油	料理酒, 醤油	フルーツ 牛乳	
9	月	味噌ラーメン ほうれん草ツナ和え れんこんチップ	豚小間, 赤味噌 シーチキン, 糸かつお	キャベツ, 玉葱, 人参, コーン, 土生姜, にんにく 法連草, もやし, 人参 れんこんチップ	ラーメン, 砂糖, コマ油 砂糖 油	丸鶏がらスープ, 料理酒 醤油	フルーツ 牛乳	
10	火	わかめごはん 白身魚の煮つけ 白菜のごま和え 豚汁	ホキ骨なし チキン水煮 豚小間, 木綿豆腐, 味噌	わかめご飯の素 土生姜 白菜, 人参, もやし, 法連草 玉葱, 人参, 大根, 葱	米 砂糖 砂糖, いらごま 里芋	醤油 醤油	フルーツ 牛乳	
11	水	食パン、ジャム 煮込みハンバーグ 和風スパゲティサラダ 春野菜スープ・牛乳	合挽ミンチ, 木綿豆腐 シーチキン ベーコン	玉葱 キャベツ, 人参, 胡瓜, ゆかり キャベツ, たけのこ, スナップエンドウ, レタス, 人参	食パン8枚切, いちごジャム 片栗粉, パン粉, 砂糖 スパゲティ, オリーブ油, 砂糖 じゃがいも	塩, どんかつソース, ケチャップ, HFコソメ 醤油, 酢 HFコソメ, 食塩	フルーツ 牛乳	豆腐ドーナツ
12	木	チキンライス ジャーマンポテト コンソメスープ フルーツ	鶏肉もも ベーコン	人参, 玉葱, ビーマン パセリ 白菜, 人参, 玉葱, コーン 黄桃缶	米, 油 ダイスポテト, 油	食塩, ケチャップ, ウスターソース 食塩 HFコソメ, 食塩	フルーツ 牛乳	
13	金	ごはん チャブチ キャベツのツナ和え みそ汁	豚小間 シーチキン 味噌, 木綿豆腐, わかめ	玉葱, 人参, 法連草, もやし, ビーマン, コシコ キャベツ, 人参, 胡瓜 玉葱, 葱	米 春雨, ゴマ油, 砂糖, いらごま 砂糖	醤油 醤油	フルーツ 牛乳	
14	土	けんちんうどん さつま芋甘煮 フルーツ	鶏肉もも, 油揚げ	大根, 人参, 白菜, しめじ, 玉葱, 葱 オレンジ	うどん, 砂糖 さつま芋, 砂糖	醤油, 塩 食塩	フルーツ 牛乳	
16	月	ドライカレー さわやか和え コンソメスープ チーズ	豚ミンチ ベーコン キャンディチーズ	玉葱, 人参, 土生姜, コシコ, グリビー キャベツ, 胡瓜, バイン缶, 人参 南瓜, 玉葱, コーン	米	丸鶏がらスープ, ケチャップ, ソース中濃 酢, 塩, 醤油 HFコソメ, 食塩	フルーツ 牛乳	
17	火	もち麦ごはん 鶏肉の香味焼き ポテトサラダ みそ汁	鶏肉もも シーチキン 味噌	ニンク 胡瓜, 人参, コーン 白菜, えのき茸	米, もち麦 砂糖, ゴマ油, いらごま じゃがいも, マヨドレ おつゆ麩	醤油, 酢 食塩	フルーツ 牛乳	
18	水	ロールパン 白身魚フライ ミネストローネ フルーツ・牛乳	ホキ骨なし ベーコン, 大豆水煮	玉葱, しめじ, 人参, トマトダイス オレンジ	ロールパン 小麦粉, パン粉, 油 じゃがいも, マカロニ, 砂糖	食塩, ケチャップ HFコソメ, ケチャップ, 醤油	フルーツ 牛乳	なめしおにぎり
19	木	ミートスパゲティ ごぼうサラダ わかめスープ	合挽ミンチ ひじき, チキン水煮 わかめ	玉葱, 人参, ビーマン, コシコ, グリビー 牛蒡, 人参, 胡瓜 葱	スパゲティ, 油, 砂糖 すりごま, マヨドレ	ケチャップ, HFコソメ, 食塩, ソース中濃 醤油 丸鶏がらスープ, 醤油	フルーツ 牛乳	
21	土	チャーハン 中華スープ フルーツ	鶏肉ささみ	玉葱, mixベジタブル, 葱 オレンジ	米, ゴマ油	食塩, 醤油, 丸鶏がらスープ 丸鶏がらスープ, 醤油, 食塩	フルーツ 牛乳	
23	月	ごはん チンジャオロース かぼちゃ煮 みそ汁 ミニゼリー	豚小間 味噌, 油揚げ, 木綿豆腐	玉葱, ビーマン, 赤ビーマン, 黄ビーマン, たけのこ かぼちゃ 法連草, 人参	米 砂糖, 油, 片栗粉 砂糖 一口ゼリー	醤油 醤油	フルーツ 牛乳	
24	火	ごはん あじの野菜あん 白菜の昆布和え みそ汁	骨なしあじ 塩昆布 味噌	土生姜, 玉葱, 人参, しめじ, ビーマン 白菜, もやし, 胡瓜 大根, なめこ	米 片栗粉, 油, 砂糖 さつま芋	ケチャップ, 醤油, 丸鶏がらスープ	フルーツ 牛乳	
25	水	麻婆丼 ビーフンの中華和え 中華スープ	とうふ, 豚ミンチ シーチキン わかめ	玉葱, 人参, ビーマン, 土生姜 人参, 胡瓜, キャベツ えのき茸, 葱	米, 砂糖, 片栗粉, ゴマ油 ビーフン, 砂糖, ゴマ油	丸鶏がらスープ, 醤油, 料理酒 醤油 丸鶏がらスープ, 醤油, 食塩	フルーツ 牛乳	小倉トースト
26	木	中華丼 春雨サラダ 中華スープ	豚小間, ちくわ チキン水煮 木綿豆腐, わかめ	玉葱, 白菜, 人参, ビーマン, 干し椎茸 人参, 胡瓜 葱	米, ゴマ油, 片栗粉 春雨, マヨドレ	丸鶏がらスープ, 醤油, 料理酒 食塩 丸鶏がらスープ, 醤油, 食塩	フルーツ 牛乳	
27	金	ごはん 筑前煮 大根甘酢和え みそ汁 フルーツ	鶏肉もも, 高野豆腐 味噌, 油揚げ	蓮根, 牛蒡, 人参, ヤイゲン 大根, 人参, 胡瓜 小松菜, しめじ バイン缶	米 さつま芋, 油, 砂糖 砂糖	醤油, みりん, 風 酢, 食塩	フルーツ 牛乳	
28	土	鶏肉うどん 白菜のゆかり和え フルーツ	鶏肉ささみ	玉葱, しめじ, 白菜, 人参, 葱 白菜, 青菜, 人参 オレンジ	うどん 砂糖	醤油 ゆかり, 醤油	フルーツ 牛乳	

午後のおやつについては、記載されております手作りおやつ以外の日はゼリー・プリンや、いろいろなお菓子となります。詳細は毎週月曜日に、その週の木曜日から翌週の水曜日のおやつの内容をホームページに掲載いたします。アレルギー対応のお子様には、確認のうえ別途対応させていただきます。

離乳食予定献立表

2020年3月

藤認定こども園

日	曜日	完了期	後期	中期	初期
2	月	白身魚の煮つけ 切干大根サラダ/みそ汁	白身魚の煮つけ みそ汁	白身魚の煮つけ すまし汁	人参ペースト 南瓜ペースト
3	火	まぜごはん ささみ胡瓜和え/すまし汁	鶏肉と白菜の煮物 すまし汁	白菜の煮物 すまし汁	白菜ペースト 小松菜ペースト
4	水	コーンコロッケ/牛乳 ツナパイサラダ/すまし汁	ツナじゃが煮 すまし汁	じゃが煮 すまし汁	じゃがペースト 大根ペースト
5	木	鶏肉のから揚げ コールスローサラダ/みそ汁	鶏肉ブロッコリー煮 みそ汁	ブロッコリー煮 すまし汁	ブロッコリーペースト 白菜ペースト
6	金	豚肉野菜煮 コールスローサラダ/ヨーグルト	豚肉野菜煮 キャベツ煮	じゃがいも煮 キャベツ煮	じゃがいもペースト キャベツペースト
7	土	鶏肉あんかけ丼 みそ汁/フルーツ	鶏肉あんかけ丼 みそ汁	鶏肉野菜煮 すまし汁	野菜ペースト すまし汁
9	月	味噌ラーメン/ヨーグルト ほうれん草ツナ和え	煮込みうどん 人参煮	煮込みうどん 人参煮	煮込みうどん 人参ペースト
10	火	白身魚の煮つけ 白菜のごま和え/豚汁	白身魚の煮つけ みそ汁	白身魚の煮つけ すまし汁	豆腐ペースト すまし汁
11	水	煮込みハンバーグ/牛乳 和風スパゲティサラダ/春野菜スープ	豆腐そぼろ煮 すまし汁	豆腐そぼろ煮 すまし汁	豆腐ペースト じゃがいもペースト
12	木	チキンライス ジャーマンポテト/すまし汁	鶏じゃが すまし汁	じゃがいも煮 すまし汁	じゃがいもペースト 白菜ペースト
13	金	チャプチェ キャベツのツナ和え/みそ汁	チャプチェ みそ汁	豆腐人参煮 すまし汁	豆腐ペースト キャベツペースト
14	土	けんちんうどん さつまいも甘煮/フルーツ	煮込みうどん さつまいも甘煮	煮込みうどん さつまいも甘煮	煮込みうどん さつまいもペースト
16	月	豆腐そぼろ煮/さわやか和え すまし汁/チーズ	豆腐そぼろ煮 すまし汁	豆腐そぼろ煮 すまし汁	豆腐ペースト 南瓜ペースト
17	火	鶏肉やわらか煮 ポテトサラダ/みそ汁	鶏じゃが みそ汁	人参煮 すまし汁	人参ペースト 白菜ペースト
18	水	白身魚フライ/牛乳 ミネストローネ/フルーツ	白身魚の煮つけ ミネストローネ	白身魚の煮つけ 野菜スープ	じゃがいもペースト 人参ペースト
19	木	ミートスパゲティ ごぼうサラダ/すまし汁	くたくたスパゲティ すまし汁	煮込みうどん すまし汁	煮込みうどん 人参ペースト
21	土	チャーハン すまし汁/フルーツ	ささみと野菜煮 すまし汁	ささみと野菜煮 すまし汁	野菜ペースト すまし汁
23	月	チンジャオロース かぼちゃ煮/みそ汁/一口ゼリー	かぼちゃそぼろ煮 みそ汁	かぼちゃ煮 すまし汁	かぼちゃペースト ほうれん草ペースト
24	火	魚の野菜あん 白菜の昆布和え/みそ汁	白身魚野菜煮 みそ汁	白身魚野菜煮 すまし汁	人参ペースト さつまいもペースト
25	水	麻婆丼 ビーフンの中華和え/すまし汁	豆腐野菜煮 すまし汁	豆腐野菜煮 すまし汁	豆腐ペースト 人参ペースト
26	木	中華丼 春雨サラダ/すまし汁	野菜煮 すまし汁	野菜煮 すまし汁	人参ペースト 豆腐ペースト
27	金	筑前煮 大根甘酢和え/みそ汁	鶏肉さつまいも煮 みそ汁	さつまいも煮 すまし汁	さつまいもペースト 大根ペースト
28	土	鶏肉うどん 白菜のゆかり和え/フルーツ	鶏肉うどん 白菜煮	煮込みうどん 白菜煮	煮込みうどん 白菜ペースト