

第一保育所 3月の献立



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					
2	月	ハイハイ	ぱりんこ	菜飯、魚の西京焼き、ポテトサラダ、のっぺい汁	野菜スナック	ぼたぼた焼き	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	牛乳 497	1.4	
ひな祭り	3	火	ひじきせんべい	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 470	1.9	
	4	水	おこめせんべい	中華飯、春雨サラダ、中華コンソープ	魚せんべい	ハッピーターン	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//卵、玉葱、コーン	牛乳 498	1.0	
	5	木	魚せんべい	動物ビスケット	ごはん、麻婆豆腐、ほうれん草なめ茸和え、わかめスープ	南瓜煮	ホットケーキ	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、葱、しいたけ//ほうれん草、人参、なめ茸//わかめ、玉葱、なると//ホットケーキミックス、牛乳、卵、ケーキシロップ	牛乳 524	1.8
6	金	ハイハイ野菜	ベジタべる	パン、クリームシチュー、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//鶏肉、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、パイナップル//マカロニ、きな粉	牛乳 474	1.8	
7	土	おかし	おかし	きつねうどん、ウインナーソーテ、フルーツ	おかし	おかし	うどん、油揚げ、ほうれん草、葱//ウインナー、玉葱、人参//みかん缶	牛乳 452	2.3	
9	月	ハイハイ	皇たべよ	ごはん、ふりかけ、南瓜コロッケ、ひじき煮、味噌汁	ベビーダノン	カルピス寒天	米//ふりかけ//南瓜コロッケ//ひじき、人参、さつまいも、グリーンピース//えのき、小松菜、麩//カルピス、寒天	牛乳 467	1.7	
10	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	ごはん、ふりかけ、煮魚、マカロニサラダ、味噌汁	野菜スナック	ココナッツサブレ	米//ふりかけ//赤魚//マカロニ、ミックスベジタブル、マヨネーズ//玉葱、里芋、油揚げ	牛乳 481	1.7	
11	水	おこめせんべい	白い風船	ごはん、ツナじゃが、小松菜煮浸し、吸物	さつま芋煮	チーズ蒸しパン	米//ツナ、じゃがいも、玉葱、人参、インゲン//小松菜、人参、さつま揚げ//豆腐、わかめ、みつば//ホットケーキミックス、チーズ、牛乳、マーガリン(植物性)	牛乳 543	1.9	
12	木	魚せんべい	とんがりコーン	卵うどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ	魚スナック	ムーンライトクッキー	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 474	1.7	
お別れ会	13	金	ハイハイ野菜	ハーベスト	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	フチシュー	米、鶏肉、玉葱、人参、グリーンピース、ケチャップ、バター//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 487	1.0
	14	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 480	1.1
	16	月	ハイハイ	ぱりんこ	ゆかりごはん、白身フライ、さつま芋サラダ、吸物	ベビーダノン	プリン	米、ゆかり//白身フライ//さつまいも、人参、ブロッコリー、マヨネーズ//麩、小松菜、わかめ//プリン、素、牛乳	牛乳 538	1.4
17	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	魚スナック	ぼたぼた焼き	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 481	2.3	
18	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	木の葉丼、ほうれん草のしらす和え、味噌汁	野菜スナック	豆乳きなこ餅	米、卵、玉葱、人参、干しいたけ、油揚げ、なると、みつば//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 552	1.5	
19	木	魚せんべい	動物ビスケット	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	ハッピーターン	米、鶏肉、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//パイナップル、みかん缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 490	1.8	
21	土	おかし	おかし	にゅうめん、かき揚げ、さつま芋甘煮	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 502	2.1	
23	月	ハイハイ	皇たべよ	エビピラフ、ブロッコリーサラダ、コーンポタージュ	ベビーダノン	りんご寒天	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//リンゴジュース、寒天	牛乳 445	1.5	
24	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	ごはん、鶏肉の唐揚げ、ハンパンスー、かきたま汁	ハイハイ	ココナッツサブレ	米//鶏肉//春雨、胡瓜、ハム//卵、玉葱、チンゲン菜	牛乳 537	1.1	
25	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	南瓜煮	豆乳バナナケーキ	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//ホットケーキミックス、バナナ豆乳	牛乳 521	1.4	
修了式	26	木	魚せんべい	とんがりコーン	ごはん、厚揚げの肉味噌かけ、お浸し、吸物	ひじきせんべい	ムーンライトクッキー	米//厚揚げ、鶏ミンチ、玉葱、グリーンピース//白菜、ほうれん草、人参、かつお節//みつば、麩、干しいたけ	牛乳 505	2.0
	27	金	ハイハイ野菜	ハーベスト	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	雪の宿	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//豆腐、葱、わかめ	牛乳 488	1.6
希望保育	28	土	おかし	おかし	そばろごはん、キャベツのおかか和え、吸物	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 485	1.6
	30	月	ハイハイ	ぱりんこ	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	カルシウムせんべい	米//ふりかけ//ささみカツ//いんげん、竹輪、人参、ごま//わかめ、葱、なると	牛乳 490	1.9
	31	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	ごはん、炒り豆腐、春雨サラダ、味噌汁	魚スナック	雪の宿	米//豆腐、ツナ、玉葱、人参、ひじき、グリーンピース//春雨、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ//小松菜、えのき、油揚げ	牛乳 464	1.3

・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卵・乳なしのものを使用しています。
 ☆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。

