

令和5年3月

後期食献立表

原町みゆき保育園

※都合により献立変更する場合があります。
★はゆり組のリクエストメニューです。

日にち	昼食	おやつ	日にち	昼食	おやつ
1(水)	シーフードピラフ(軟飯)(具柱、ベーコン、玉葱 人参、黄パプリカ、バター) スープ(白菜、椎茸、葱) マカロニサラダ(レタス、ブロッコリー、人参 マカロニ)フレンチ バナナ	★チヂミ (小麦粉、ニラ、玉葱 人参、とろけるチーズ 片栗粉、ごま油)	17(金)	チキンライス(軟飯) (鶏肉、玉葱、ピーマン、マッシュルーム ケチャップ) スープ(切干大根、水菜、ウインナー) れんこん入りサラダ(キャベツ、人参、れんこん)和風 オレンジ	お楽しみメニュー
2(木)	軟飯 スープ(大根、ブロッコリー) チキンのカチャトラ風(鶏肉、南瓜、玉葱、ピーマン 人参、茄子、にんにく、ケチャップ、ホールトマト) ごぼうサラダ(ごぼう、キャベツ、胡瓜、人参) エッグケア グレープフルーツ	ガリパチャチャーハン(軟飯) (豚挽肉、葱、レタス コーン、にんにく 生姜、バター)	18(土)	キャベツとベーコンのスパゲティ(スパゲティ ベーコン、キャベツ、人参、しめじ、にんにく) かぶのサラダ(かぶ、胡瓜、人参、ツナ)フレンチ バナナ	小倉きな粉軟飯 (あんこ、きな粉)
3(金)	ちらし寿司(軟飯) (甘塩鮭、人参、干し椎茸、れんこん コーン、絹さや) 清汁(花麩、ほうれん草) ★納豆オクラサラダ(挽き割り納豆、オクラ、レタス 人参)和風 バナナ	関東風桜餅 (小麦粉、上新粉 小豆、食紅)	20(月)	軟飯 スープ(コーン、じゃが芋、人参) チキンのパン粉焼き(鶏肉、卵、にんにく、生姜 バター、パン粉、小麦粉) パインサラダ(キャベツ、胡瓜、パイン)フレンチ グレープフルーツ	おじや (豚ロース肉)
4(土)	あんかけ軟飯(豚挽肉、白菜、人参、葱、にんにく 生姜、片栗粉) スープ(エリンギ、豆苗、油揚げ) キャベツのお浸し(キャベツ、人参) バナナ	ごまのマーブルケーキ (小麦粉、バター ベーキングパウダー 卵、白ごま、黒ごま)	22(水)	★煮込みハンバーグカレー(軟飯) (豚挽肉、玉葱、人参、卵、パン粉、しめじ、小麦粉、バター カレールウ、にんにく、生姜、ケチャップ、牛乳) 水菜のサラダ(水菜、胡瓜、れんこん、人参、ささみ)エッグケア バナナ	黒ごま豆乳プリン (豆乳、ゼラチン 黒練りごま バニラエッセンス)
6(月)	ミートソーススパゲティ(スパゲティ、豚挽肉、玉葱 人参、ピーマン、にんにく、ケチャップ、ホールトマト トマトピューレ、白ワイン、小麦粉、バター、粉チーズ) りんごのヨーグルトサラダ(りんご、キャベツ、人参 レーズン、ヨーグルト)エッグケア いよかん	わかめ軟飯 (炊き込みわかめ)	23(木)	軟飯 みそ汁(小松菜、人参、高野豆腐) 鶏肉の葱塩だれ(鶏肉、葱、ごま油、レモン汁 片栗粉) わかめサラダ(レタス、大根、人参、わかめ)和風 オレンジ	おやき (じゃが芋、片栗粉)
7(火)	ツナ軟飯(ツナ) スープ(春雨、トマト、キャベツ) ピッツァパンナ(じゃが芋、ウインナー、人参 玉葱、ドライパセリ、中濃ソース、バター) オレンジ	汁ビーフン (ビーフン、鶏肉、玉葱 もやし、人参、生姜)	24(金)	★ほうとう風うどん(うどん、豚肉、葱、白菜、人参 大根、南瓜、ごぼう、油揚げ、みそ) 梅おかか和え (キャベツ、胡瓜、しめじ、鰹節、梅干し) はっさく	ツナの炊き込み軟飯 (ツナ、人参、舞茸 ひじき)
8(水)	ごぼうチャーハン(軟飯)(ごぼう、鶏肉、人参、ひじき 万能葱、にんにく、ごま油) かぶのスープ(かぶ、かぶの葉、玉葱、生姜) ごま酢和え(もやし、人参、胡瓜、白ごま) バナナ	練乳マフィン (小麦粉、卵、牛乳 バター、練乳 ベーキングパウダー)	25(土)	鶏肉の生姜焼き丼(軟飯) (鶏肉、生姜、玉葱、キャベツ) スープ(ほうれん草、春雨、コーン) ゆかり和え(大根、胡瓜、ゆかり) バナナ	ミルク蒸しパン (牛乳、練乳、小麦粉 ベーキングパウダー バニラエッセンス)
9(木)	軟飯 豆乳みそ汁(しめじ、葱、南瓜、豆乳) 鱈の照焼き(鱈、片栗粉) 切干大根の梅だれサラダ(切干大根、油揚げ 胡瓜、梅干し) グレープフルーツ	お好み焼き (小麦粉、卵、ハム キャベツ、コーン お好みソース)	27(月)	あんかけうどん(うどん、豚肉、葱 人参、もやし、白菜、椎茸、片栗粉、生姜) 南瓜と豆のサラダ(南瓜、胡瓜、人参、金時豆) エッグケア オレンジ	ジャンバラヤ風軟飯 (鶏肉、玉葱、ピーマン ホールトマト、にんにく、バター オリーブオイル)
10(金)	みそカツ丼(軟飯)(豚ヒレ肉、小麦粉、パン粉、卵 キャベツ、みそ) スープ(人参、白菜、えのき) 南蛮漬(大根、胡瓜、ごま油) バナナ	★ぶどうゼリー (ぶどうジュース ゼラチン) せんべい	28(火)	軟飯 みそ汁(さつま芋、油揚げ、万能葱) 鶏肉ののりチーズ焼き(鶏肉、スライスチーズ 焼きのり) 切干大根の煮物(切干大根、人参、椎茸 さつま揚げ) グレープフルーツ	りんごマフィン (小麦粉、卵 バター、りんご ベーキングパウダー)
11(土)	うどん(うどん、鶏肉、葱、人参、ほうれん草) じゃが芋といんげんの和風サラダ(じゃが芋 人参、いんげん、だし汁) バナナ	トマトリゾット (玉葱、ハム、にんにく ホールトマト、バター ドライパセリ 粉チーズ)	29(水)	軟飯 スープ(具柱、春雨、人参) ポーケケチャップ(豚ロース肉、ケチャップ 中濃ソース) サラダ(キャベツ、胡瓜、コーン、人参)和風 バナナ	★そぼろ納豆(軟飯) (切干大根、挽き割り納豆 青のり)
13(月)	軟飯 みそ汁(ニラ、人参) 野菜炒め(鶏挽肉、もやし、キャベツ 人参、椎茸、春雨) チョレギサラダ(レタス、胡瓜、わかめ、トマト にんにく、刻みのみり、ごま油)和風 グレープフルーツ	★コーンフレーク (コーンフレーク、豆乳)	30(木)	軟飯 みそ汁(もやし、葱、わかめ) カジキの焼き浸し(カジキ、しめじ) 酢の物(胡瓜、春雨、大根、ハム) いよかん	ナゲット (鶏挽肉、木綿豆腐 玉葱、にんにく、生姜 片栗粉)
14(火)	軟飯 スープ(押麦、カリフラワー、キャベツ) ★魚のグラタン(カレイ、しめじ、玉葱、人参 ほうれん草、牛乳、小麦粉、バター、粉チーズ) 白菜のホットサラダ(白菜、ハム、人参、レモン汁) バナナ	葱軟飯 (葱)	31(金)	あんかけ丼(軟飯)(鶏肉、玉葱、人参、干し椎茸 グリーンピース、片栗粉) スープ(味えのき、キャベツ、かまぼこ) トマトの塩昆布和え(トマト、白菜、胡瓜、塩昆布) オレンジ	ココア蒸しパン (小麦粉、卵、ココア 牛乳 ベーキングパウダー)
15(水)	ふりかけ軟飯(鰹節、青のり、白ごま) 豆腐のどろみスープ(豆腐、葱、えのき、きくらげ 片栗粉) 豚肉のにんにくみそ焼き(豚ロース肉、にんにく、みそ) 浅漬(キャベツ、胡瓜、生姜) バナナ	チーズおじや (とろけるチーズ)			
16(木)	中華風うどん (うどん、豚肉、葱、人参、白菜、もやし コーン、椎茸、ニラ、鶏ガラ、りんご、玉葱、生姜 にんにく、干し椎茸) スイートポテトサラダ(さつま芋、胡瓜、人参 レーズン)エッグケア はっさく	深川めし(軟飯) (あさり、人参、生姜 万能葱)			