様式F110

保育所　こどもの家(一般)

2024年03月分の献立

						1(金)	2(土)
午前							牛乳
昼食						ちらし寿司、すまし汁（はくさい・えのき）、野菜のあんかけ、いちご	豚肉の甘みそ丼、オレンジ、トマトスープ（キャベツ）
午後						ももいろ蒸しパン	おにぎり（焼き）
	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、みそ汁（さと芋・油あげ）、さばの焼きおろし煮、もやしのごま酢あえ（さやえんどう）、もも缶	御飯、けんちん汁、ぶりの照り焼き、なばなとキャベツのごま和え、パイン缶	御飯、みそ汁（もやし・わかめ）、凍り豆腐とひき肉の煮物、かぼちゃ（蒸し）、バナナ	御飯、じゃがいものスープ、豚肉とキャベツのみそ炒め、きゅうりの酢の物（みかん）	御飯、みそ汁（さつまいも・わかめ）、さわらの包み焼き、卵の花（人参・鶏ひき肉）、キウイフルーツ	ジャージャーめん、りんご、中華スープ（鶏・チンゲン菜）
午後		スイートポテト	菜飯おにぎり（小松菜）	豆乳ももゼリー	米粉のもっちりバナナパン（豆乳）	おやつ・チャーハン（ひじき）	おにぎり（つぶあん）
	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、クリームチャウダー（豆乳）、なばなともやしのナムル（ごま）、みかん缶・パイン缶、豚肉とたまねぎのソテー	わかめ御飯、豆腐すまし汁（あげ）、田舎煮、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	御飯、みそ汁（かぼちゃ・ねぎ）、豆腐のえび風味焼き、小松菜のツナ和え、りんご	御飯、みそ汁（チンゲン菜・わかめ）、たらのごま焼き、さっぱりポテトサラダ、もも缶	御飯、みそ汁（もやし・あげ）、豚肉のすき焼き風煮物、ベイクド里芋（青のり）、にんじんとみかんのサラダ	カレー風味のトマトライス、りんご、豆腐スープ（わかめ）
午後		野菜もち（かぼちゃ）	焼きもろこしおにぎり	米粉蒸しパン・さつまいも	おやつ・きつねご飯	米粉蒸しパン・和風やさい	おにぎり（とりそぼろ）
	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
午前		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳
昼食		野菜そぼろ丼(納豆)、みそ汁（だいこん・わかめ）、さつま芋の甘煮、オレンジ	御飯、みそ汁（じゃがいも・たまねぎ）、白身魚のフリット（カレー味）、やさいのゆかり和え、りんご		御飯、スープ（豆腐・ねぎ）、鶏肉のトマトソース煮、添え：粉ふき芋（青のり）、フルーツカクテル（もも）	御飯、みそ汁（はくさい・あげ）、さばとかぼちゃの焼きもの、ブロッコリーと人参のごま和え、バナナ	厚揚げの中華丼、りんご、みそ汁（さつま芋・ねぎ）
午後		米粉蒸しパン・小豆	じゃが芋のチーズ焼き		おにぎり（ビーンズ）	フレンチトースト（豆乳）	米粉肉まん
	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		かぼちゃのスープ、さけのムニエル（米粉）、ゆでスナップえんどう、バナナ、ピラフ（チキンコンソメ）	御飯、豆腐みそ汁（あげ）、肉じゃが（豚肉）、ほうれん草ののり和え、りんご	御飯、わかめスープ（さといも）、マーボー豆腐（たまねぎ）、キャベツのパインサラダ	あずき御飯、すまし汁（だいこん・えのき）、かじきの竜田揚げ、なばなのごま和え、焼きかぼちゃ	御飯、みそ汁（もやし・あげ）、肉団子（焼き）、蒸し野菜のサラダ（さつまいも）、もも缶	焼きビーフン（カレー）、オレンジ、ブロッコリーと人参のおかか和え
午後		チヂミ（小松菜・豆腐・ごま）	おにぎり（しらす・ねぎ）	ケーキ・キャロット	ドーナツ・おからバナナ（豆乳）	おやつ小魚（ごま）、さつまいものさくさく揚げ	おにぎり（昆布）
	31(日)						
午前							
昼食							
午後							