



☆ 主食は、毎日つきます
☆ おやつには、飲み物（飲むヨーグルト・ミルクココア・お茶）がつきます
☆ ●印は鶏卵、▲印は乳製品が含まれていることを表しています
☆ 食パン・パン粉は、卵を使っていません

日	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)	14 (月)	15 (火)
献立名	① 豚肉のしょうが焼き ② 春雨サラダ ③ みそ汁 ④ パイン缶	① 鶏のクリーム煮 ② 付け合わせ ③ りんご	① ひな寿司 ② 肉団子 ③ すまし汁 ④ いちご	① 鮭のかす汁 ② 多菜包子 ③ オレンジ	① チキンライス ② 野菜スープ ③ いよかん	① カレーうどん ② 野菜のチーズ焼き ③ パナナ	① 豚肉と大根の煮物 ② 竹輪の磯部揚げ ③ みそ汁 ④ りんご	① 鮭のレモンソース ② 春キャベツのピーマン炒め ③ みそ汁 ④ いよかん	① 豚肉 ② 焼きぎょうざ ③ みそ汁 ④ パイン缶	① 牛肉ときのこの煮物 ② 根菜のサラダ ③ みそ汁 ④ オレンジ	① 親子どんぶり ② みそ汁 ③ いちご	① 春の炊き込みごはん ② 菜の花の胡麻和え ③ 豚汁 ④ はっさく	① さわらのパン粉焼き ② ほうれん草ときのこの炒め物 ③ みそ汁 ④ いよかん
材 料	① 豚肉 生姜 しょう油 ② 春雨 ● ハム 人参 きゅうり ● マヨネーズ レモン 酢 ③ じゃがいも 玉ねぎ ねぎ みそ	① 鶏肉 椎茸 しめじ 玉ねぎ じゃがいも アスパラ にんにく 白ワイン ▲ 牛乳 ▲ 生クリーム ▲ シチューの素 ② ウインナー ▲ チーズ	① 米 海老 あなご ごぼう 蓮根 椎茸 人参 ● 卵 絹さや のり すし酢 しょう油 ② 鶏肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 ごま油 魚介エキス ケチャップ しょう油 ▲ 乳製品 ③ 豆腐 白菜 たら わかめ 水菜 みつ葉 しょう油 みりん 酒	① 鮭 大根 人参 ごぼう 里いも 生椎茸 糸こんにゃく ねぎ 白みそ あわせみそ 酒 酒かす ② 豚肉 豚脂 鶏肉 玉ねぎ キャベツ 春雨 ひじき 椎茸 生姜 しょう油 胡麻油 小麦粉 パン粉 オイスターソース	① 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース ケチャップ コンソメ ② ポークピッツ キャベツ 人参 じゃがいも チンゲン菜 ▲ スープストック しょう油	① うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 白ねぎ ▲ 粉乳 ▲ カレールー しょう油 ケチャップ ウスターソース お好みソース ② じゃがいも 玉ねぎ ● ベーコン ピーマン ▲ チーズ ケチャップ	① 豚肉 大根 人参 油揚げ さつま揚げ 大根葉 生姜 しょう油 ② 竹輪 小麦粉 ● 卵 青のり ③ さつまいも ふ ねぎ みそ	① 豚肉 パセリ レモン ▲ バター ② ピーファン 豚肉 春キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン しょう油 ③ かぼちゃ わかめ ねぎ みそ	① 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 椎茸 ピーマン 生姜 片栗粉 ▲ スープストック しょう油 酢 ケチャップ ② キャベツ なら 生姜 豚肉 鶏肉 胡麻油 なたね油 しょう油 みりん 小麦粉 大豆製品 ③ 豆腐 竹輪 ねぎ みそ	① 牛肉 しめじ 赤パプリカ 黄パプリカ 玉ねぎ しょう油 みりん ② ごぼう 蓮根 ささ身 人参 きゅうり 胡麻 レモン ● マヨネーズ 酢 酒 ③ キャベツ 油揚げ ねぎ みそ	① 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ● 卵 椎茸 ねぎ 片栗粉 しょう油 みりん ② じゃがいも 竹輪 ねぎ みそ	① 米 鶏肉 油揚げ 竹の子 人参 椎茸 絹さや しょう油 みりん ② 菜の花 春キャベツ ● かにスティック 人参 胡麻 しょう油 ③ 豚肉 大根 豆腐 里いも 人参 ごぼう こんにゃく ねぎ 白みそ あわせみそ みりん	① さわら ▲ 粉チーズ パセリ パン粉 ▲ バター ② ほうれん草 ● ベーコン しめじ もやし ▲ バター ▲ スープストック しょう油 酒 ③ 玉ねぎ えのき ねぎ みそ
おやつ	① パナナ	① ジャムパン	① ひなあられ	① チーズケーキ	① せんべい	① ゆかりむすび	① ココア蒸しパン	① せんべい ② ブルーン	① ツナトースト	① 肉まん	① ビスケット	① パナナ ② せんべい	① マカロニのあべ川風
材 料	① パナナ	① 小麦粉 ● 卵 ▲ 粉乳 イースト いちごジャム	① 米 しょう油	① ▲ チーズ ▲ ホットケーキミックス 小麦粉 ● 卵 ▲ 牛乳・バター 豆乳	① もち米	① 米 ゆかり	① ココア ▲ ホットケーキミックス ● 卵 ▲ 牛乳 ▲ バター 豆乳	① もち米 ② ブルーン	① ▲ 食パン ツナ 玉ねぎ ▲ チーズ ● マヨネーズ	① 豚肉 豚脂 玉ねぎ 小麦粉 ラード イースト 大豆油	① 小麦粉 ● 卵	① パナナ ② もち米	① マカロニ きな粉

日	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	
献立名	① 鶏肉の竜田揚げ ② ツナサラダ ③ みそ汁 ④ いちご	① オープンオムレツ ② イタリアンスパゲッティ ③ みそ汁 ④ りんご	① ビーフシチュー ② フロッコリーの胡麻マヨネーズ和え ③ パナナ	① きつねうどん ② かぼちゃの煮つけ ③ オレンジ	① ししゃもの天ぷら ② 切干大根の五目煮 ③ みそ汁 ④ りんご	① 八宝菜 ② 野菜春巻き ③ はっさく	① 豚肉 海老 白菜 人参 玉ねぎ 竹の子 ピーマン 椎茸 ▲ スープストック しょう油 片栗粉 ② 玉ねぎ キャベツ 竹の子 人参 もやし 小麦粉 しょう油 春雨 鶏肉	① チーズ入りハンバーグ ② おからサラダ ③ みそ汁 ④ いちご	① 鶏肉の香り焼き ② 小松菜のしらす和え ③ みそ汁 ④ オレンジ	① カルビ風どんぶり ② みそ汁 ③ パナナ	① 他人どんぶり ② スナッフえんどうのソテー ③ りんご	① 鶏肉のケチャップからめ ② 白菜のお浸し ③ みそ汁 ④ パナナ	① すき焼き風煮 ② かにシューマイ ③ みそ汁 ④ オレンジ	① メンチカツ ② ひじきの炒め煮 ③ みそ汁 ④ パイン缶
材 料	① 鶏肉 生姜 しょう油 片栗粉 ② ツナ じゃがいも 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ レモン ● マヨネーズ 酢 ③ 白菜 油揚げ ねぎ みそ	① 牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 白ねぎ ● 卵 ● マヨネーズ ▲ 粉チーズ ケチャップ ② スパゲッティ ● ハム 人参 玉ねぎ ピーマン ケチャップ ウスターソース ③ さつまいも 竹輪 ねぎ みそ	① 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム グリーンピース ▲ シチュールー ▲ 粉乳 ▲ 粉チーズ ケチャップ お好みソース ウスターソース しょう油 ② フロッコリー ささ身 人参 キャベツ きゅうり レモン 胡麻 酢 ● マヨネーズ 酒	① うどん 鶏肉 油揚げ 人参 玉ねぎ キャベツ ねぎ しょう油 みりん ② かぼちゃ しょう油 みりん ③ じゃがいも 玉ねぎ ねぎ みそ	① ししゃも ● 卵 小麦粉 ② 切干大根 鶏肉 油揚げ 人参 いんげん しょう油 みりん ③ じゃがいも 玉ねぎ ねぎ みそ	① 豚肉 海老 白菜 人参 玉ねぎ 竹の子 ピーマン 椎茸 ▲ スープストック しょう油 片栗粉 ② 玉ねぎ キャベツ 竹の子 人参 もやし 小麦粉 しょう油 春雨 鶏肉	① 牛ミンチ 豚ミンチ ▲ チーズ 人参 玉ねぎ ● 卵 ▲ 牛乳 パン粉 しょう油 ウスターソース お好みソース ケチャップ ② おから 玉ねぎ ● ベーコン じゃがいも 人参 きゅうり ● マヨネーズ カレー粉 酢 ③ キャベツ 竹輪 ねぎ みそ	① 鶏肉 玉ねぎ 人参 にんにく みそ しょう油 ② 小松菜 しらす干し 人参 キャベツ しょう油 ③ かぼちゃ えのき ねぎ みそ	① 米 牛肉 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 白ねぎ ねぎ しょう油 みりん 酒 ② さつまいも ふ ねぎ みそ	① 米 牛肉 ● 卵 玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ 片栗粉 しょう油 みりん ② スナッフえんどう ポークピッツ 赤パプリカ 黄パプリカ	① 鶏肉 片栗粉 ケチャップ りんご酢 パイン缶 みりん ② 白菜 ほうれん草 人参 かつお節 しょう油 ③ じゃがいも 玉ねぎ ねぎ みそ	① 牛肉 人参 玉ねぎ 白菜 焼き豆腐 糸こんにゃく ねぎ しょう油 みりん ② 豚脂 すり身 かに 玉ねぎ 生姜 ● 卵 小麦粉 大豆製品 ③ キャベツ 竹輪 ねぎ みそ	① 鶏肉 玉ねぎ 豚脂 ゼラチン 小麦粉 パン粉 ケチャップ ▲ 乳製品 大豆製品 ② ひじき 人参 ツナ かまぼこ さつま揚げ いんげん しょう油 みりん ③ かぼちゃ わかめ ねぎ みそ	
おやつ	① チーズ ② ビスケット	① パインケーキ ② せんべい ブルーン	① オレンジゼリー ② せんべい ブルーン	① ビスケット	① フレンチトースト	① ホットケーキ	① パナナ	① フルーツヨーグルト	① ビスケット	① 小型チーズパン	① コーンフレーク	① アメリカンドック	① せんべい ② ブルーン	
材 料	① ▲ チーズ ② ビスケット	① パイン缶 ▲ ホットケーキミックス 小麦粉 ● 卵 ▲ 牛乳・バター 豆乳	① オレンジジュース ゼリーの素 ② もち米 ブルーン	① 小麦粉 ● 卵	① ▲ 食パン ● 卵 ▲ 牛乳	① いちごジャム ▲ ホットケーキミックス ● 卵 ▲ 牛乳 ▲ マーガリン	① パナナ	① ▲ ヨーグルト もも缶 みかん缶	① 小麦粉 ● 卵	① ▲ チーズ 小麦粉 ● 卵 ▲ 粉乳 イースト	① コーンフレーク ▲ 牛乳	① 豚肉 鶏肉 小麦粉 ● 卵 ゼラチン じゃがいも	① もち米 ② ブルーン	



平成27年度

3月の献立表

くまの・みらい保育園
〔1,2歳児普通食〕

☆ 主食は、毎日つきます
☆ おやつには、飲み物（飲むヨーグルト・ミルクココア・お茶）がつきます
☆ ●印は鶏卵、▲印は乳製品が含まれていることを表しています
☆ 食パン・パン粉は、卵を使っていません

Table with 13 columns (days 1-15) and 4 rows (献立名, 材料, おやつ, 材料). Each cell contains a list of menu items and ingredients for that day.

Table with 13 columns (days 16-31) and 4 rows (献立名, 材料, おやつ, 材料). Each cell contains a list of menu items and ingredients for that day.