

3月 こ ん だ て

日 (曜)	朝おやつ (1・2歳)	お昼のこんだて	3時のおやつ	延長食	力のもとになる	血や肉をつくる	体の調子をととのえる	調味料
10 ・ 24 (月)	牛乳	ごはん かれのいの照り焼き ほうれん草のおかか和え 味噌汁(かぶ・かぶの葉)	きな粉マフィン	きなこ せんべい	七分つき米・マーガリン ホットケーキミックス・片栗粉	かれのい・かまぼこ きな粉・かつお節	ほうれん草・人参・かぶ かぶの葉・コーン缶・ひじき	醤油・みりん・酒 味噌 煮干しだし・昆布だし
11 ・ 25 (火)	牛乳	超熟ロール メンチカツ フレンチサラダ 春雨スープ(春雨・コーン)	チャーハン	ベビー スティック	超熟ロール・春雨・パン粉 精白米・薄力粉	豚ひき肉・豆腐 チーズ・ウインナー かまぼこ 牛乳	キャベツ・玉葱・人参・きゅうり コーン缶・長葱	ソース・ケチャップ 塩・酢・コンソメ・醤油 鶏がら
12 ・ 26 (水)	牛乳	ごはん 鶏肉のポン酢焼き 新じゃが芋のポテトサラダ 味噌汁(小松菜・油揚げ)	いちご カルピスゼリー ミニわかめおにぎり	ミニ のりすけ	七分つき米・マヨドレ(卵なし) じゃが芋・片栗粉	鶏もも肉・油揚げ カルピス・ゼラチン 牛乳	きゅうり・人参・小松菜 いちご・わかめおにぎりの素	ぽん酢・塩・味噌 煮干しだし・昆布だし みりん
13 ・ 27 (木)	牛乳	ごはん タラのケチャップあんかけ きゅうりとみかんのサラダ すまし汁(チンゲン菜・かにかま)	納豆 醤油ラーメン	きなこ せんべい	七分つき米・春雨・中華麺 片栗粉	タラ・かにかま 焼き豚・納豆 牛乳	きゅうり・みかん缶・わかめ ひじき・チンゲン菜 ほうれん草・コーン缶	ケチャップ・酒・みりん 醤油・酢・塩 かつおだし・昆布だし 鶏がら
14 ・ 28 (金)	牛乳	ごはん カレー 小松菜のサラダ もやしスープ(もやし・にら)	シュガートースト	ベビー スティック	七分つき米・じゃが芋 食パン・グラニュー糖 マーガリン	豚もも肉・ツナ缶 豚レバー 牛乳	玉葱・人参・小松菜・もやし にら・ひじき	カレールウ・醤油・酢 コンソメ・塩
1 15 29 (土)	牛乳	ごはん ツナポテト焼き ひじきの煮物 味噌汁(キャベツ・玉葱)	マカロニきな粉	なし	七分つき米 じゃが芋・パン粉 マカロニ 三温糖・砂糖・ごま油・サラダ油	ツナ缶・大豆・きな粉 牛乳	ひじき・人参・キャベツ・玉葱 いんげん	ケチャップ・醤油・みりん 味噌・塩 かつおだし
3 (月)	牛乳	(ひな祭りメニュー)ひな祭りおにぎり 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーのおかか和え すまし汁(手毬麩・菜の花)	ひな祭りカップケーキ	ミニ のりすけ	精白米・手毬麩・片栗粉・ごま ホットケーキミックス・薄力粉 マーガリン・ひなあられ 砂糖・サラダ油	鶏もも肉・鮭フレーク 魚肉ソーセージ かまぼこ・かつお節 生クリーム・牛乳	ブロッコリー・人参・コーン缶 菜の花・海苔・生姜 若菜おにぎりの素 抹茶・食紅・いちご	醤油・みりん・酒・塩 かつおだし・昆布だし
17 ・ 31 (月)	牛乳	ごはん チキン南蛮 花野菜サラダ 味噌汁(豆腐・万能葱)	ココアババロア	ミニ のりすけ	七分つき米・マヨドレ(卵なし) 片栗粉	鶏もも肉・豆腐 生クリーム ゼラチン 牛乳	玉葱・ブロッコリー・万能葱 カリフラワー・ミニトマト・コーン缶 ココア	醤油・酢・みりん 味噌・酒 煮干しだし・昆布だし
4 ・ 18 (火)	牛乳	ごはん 鮭のコンソメ焼き 大豆の五目煮 味噌汁(ほうれん草・なめこ)	みかん ミートソーススパゲティ	きなこ せんべい	七分つき米・スパゲティ しらたき	鮭・大豆・さつま揚げ 豚ひき肉・粉チーズ 牛乳	ひじき・人参・玉葱 ほうれん草・なめこ・赤パプリカ みかん・トマト缶	コンソメ・塩・酒 醤油・みりん・味噌 煮干しだし・昆布だし ケチャップ・ソース
5 ・ 19 (水)	牛乳	春巻き風丼 水菜の和え物 わかめスープ(わかめ・ごま)	5日:スノーボール 19日:(誕生日ケーキ) いちごのショートケーキ 牛乳	ベビー スティック	七分つき米・春雨・マーガリン 春巻きの皮・ごま・薄力粉 ホットケーキミックス・粉砂糖 砂糖・ごま油・サラダ油	豚ひき肉 かにかま・生クリーム 牛乳	エリンギ・人参・長葱・筍 水菜・きゅうり・わかめ・ひじき いちご	塩・醤油・酢・コンソメ オイスターソース 鶏がら・酒
6 (木)	牛乳	ごはん かじきのソース煮 パンサンスー 味噌汁(茄子・長葱)	ひじきご飯	ミニ のりすけ	七分つき米・春雨 片栗粉 三温糖 砂糖・ごま油	かじき・ハム 鶏ひき肉 牛乳	人参・きゅうり・茄子・長葱 ひじき・生姜	ソース・醤油・酢・味噌 煮干しだし・昆布だし みりん・酒
7 ・ 21 (金)	牛乳	ごはん チーズ入り鶏つくね 切干大根のサラダ きのこスープ(エリンギ・えのき)	バナナ 揚げパン	きなこ せんべい	七分つき米・超熟ロール グラニュー糖・パン粉	鶏ひき肉・チーズ ツナ缶・豆腐・高野豆腐 牛乳	切干大根・人参・きゅうり エリンギ・えのき・バナナ 玉葱・生姜・ひじき	味噌・みりん・酒 醤油・酢・コンソメ・塩
8 (土)	牛乳	ごはん 豚肉の味噌炒め ブロッコリーのサラダ 白菜スープ(白菜・なると)	ピザトースト	なし	七分つき米・片栗粉 食パン・片栗粉	ウインナー チーズ・豚もも肉・なると 牛乳	ブロッコリー・人参・コーン缶 玉葱・白菜 ピーマン	醤油・みりん・酒・酢 ケチャップ・コンソメ・塩 味噌

* 材料の都合によりメニューに変更があることをご了承ください。 <献立作成者> 久保田
* 完了食は白米を使用します。 ・完了食のりんご・梨は加熱して提供します。
* 週2回午前のおやつは鉄牛乳を提供します。
* 卵・そば・さば・魚卵・ピーナッツ・ナッツ類(栗・カカオは使用)・山芋・キウイ・イカは献立に使用しません。