

献立予定表

★手作りおやつ

放光保育園

日	曜	主 食 (3歳未満児)	副 食 共 通	食 材	お や つ		食 材
					10時(未満児)	3時(共通)	
2	月	ご飯	茶碗蒸し, 栄養きんぴら, バナナ	鶏肉-もも, ブラックタイガー, 乾しいたけ, ふまき, ほうれんそう, 鶏卵, 昆布だし, 食塩, 本みりん, うすくちしゅうゆ, 豚肉-もも, にんじん, ごぼう, れんこん, 揚げかまぼこ, さやいんげん, しらたき, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 料理酒, サラダ油, バナナ	牛乳, りんご	牛乳, ★レンコンチップス	普通牛乳, れんこん, サラダ油, 食塩
3	火	ご飯	揚げ魚のクリームコーンかけ, ブロッコリー, 野菜たっぷりスープ, りんご	魚の切り身, しょうが, 普通牛乳, 塩こしょう, 片栗粉, サラダ油, 水, 固形コンソメ, クリーム(乳脂肪・植物性脂肪), とうもろこし(クリームスタイル), とうもろこし(ホールスタイル), ブロッコリー, 食塩, じゃがいも, たまねぎ, にんじん, きゃべつ, パーコン, 乾しいたけ, こねぎ, 鶏がらだし, りんご	牛乳, バナナ	牛乳, ポテコ	普通牛乳, お菓子
4	水	ご飯	タンメン, 竹輪とソーセージの磯辺揚げ, みかん	豚肉-もも, 中華めん(ゆで), にんじん, きゃべつ, もやし, 乾しいたけ, こねぎ, かつお・昆布だし, 食塩, うすくちしゅうゆ, 料理酒, ごま油, 焼き竹輪, 魚肉ソーセージ, 小麦粉(薄力粉), あおのり, 鶏卵, 上白糖, サラダ油, みかん(じょうのう・早生)	牛乳, ★きんとん	牛乳, ★きな粉ちんすこう	普通牛乳, 小麦粉(薄力粉), きな粉, 黒砂糖, サラダ油
5	木	ご飯	豆腐のあんかけ, 豚汁, バナナ	木綿豆腐, 豚肉(ひき肉), 小麦粉(薄力粉), サラダ油, 乾しいたけ, 根深ねぎ, にんじん, 片栗粉, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん, 豚肉-もも, さといも, 板こんにやく, はんぺん, 厚揚げ, たまねぎ, ごぼう, だいこん, こねぎ, 麦みそ, バナナ	牛乳, りんご	牛乳, ★さつま芋ボール	普通牛乳, さつまいも, 白玉粉, 上白糖, いりごま, サラダ油
6	金	ご飯	白菜とベーコンのクリームシチュー, ひき肉サラダ, りんご	たまねぎ, はくさい, にんじん, じゃがいも, 鶏肉-もも, パーコン, シチューの素, サラダ油, 豚肉(ひき肉), ごぼう, もやし, ブロッコリー, ごま, マヨネーズ(全卵型), こいくちしゅうゆ, しょうが, 麦みそ, りんご	牛乳, ソフトせんべい	牛乳, ★いりこ	普通牛乳, かたくちいわし(田作り), いりごま, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん
7	土	ご飯	南瓜の野菜あんかけ, ワカメとタマゴのスープ	豚肉(ひき肉), 日本かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, さやいんげん, 上白糖, 料理酒, こいくちしゅうゆ, 本みりん, サラダ油, 片栗粉, 鶏がらだし, 生わかめ, 鶏卵, こねぎ, 食塩, うすくちしゅうゆ	牛乳, シガーフライ	牛乳, チョイスビスケット	普通牛乳, ソフトビスケット
9	月	ご飯	運根ハンバーグ, ホワレン草とコーンのごま和え, にらと豆腐のかき玉汁, みかん	豚肉(ひき肉), にんじん, れんこん, 鶏卵, パン粉, 普通牛乳, 塩こしょう, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん, ほうれんそう, しらす干し, とうもろこし(缶詰), いりごま, 木綿豆腐, かつお・昆布だし, にら, 食塩, 片栗粉, うすくちしゅうゆ, みかん(じょうのう・早生)	牛乳, バナナ	牛乳, ★ヨーグルト蒸しパン	普通牛乳, ホットケーキMIX, ヨーグルト(ドリンクタイプ)
10	火	ご飯	照焼き魚, カボチャサラダ, 燕と鶏ミンチボールのスープ, バナナ	はまち, まだい, しょうが, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん, 料理酒, 日本かぼちゃ, きゅうり, かに風味かまぼこ, マヨネーズ(全卵型), 食塩, かぶ, 鶏ひき肉, たまねぎ, パン粉, 片栗粉, 鶏がらだし, パセリ, バナナ	牛乳, りんご	牛乳, キャラメルコーン	普通牛乳, キャラメルコーン
11	水	ご飯	ふし麺汁, 納豆入りかき揚げ, りんご	ふし麺, 豚肉-もも, たまねぎ, にんじん, はくさい, 油揚げ, はんぺん, ほうれんそう, こねぎ, 食塩, うすくちしゅうゆ, サラダ油, 納豆, 魚肉ソーセージ, 青ピーマン, さつまいも, 鶏卵, 小麦粉(薄力粉), 普通牛乳, 上白糖, りんご	牛乳, バナナ	牛乳, ★米粉のココアパウンドケーキ	普通牛乳, 米粉, ココア(ビュアココア), アーモンドプードル, 上白糖, パーキングパウダー, サラダ油
12	木	ご飯	竜眼, ブロッコリーサラダ, けんちん汁, みかん	すりみ, にんじん, こねぎ, 鶏卵, 食塩, 上白糖, 片栗粉, サラダ油, ブロッコリー, きゃべつ, きゅうり, とうもろこし(ホールスタイル), 塩こしょう, こいくちしゅうゆ, 酢, 豚肉-もも, だいこん, たまねぎ, 木綿豆腐, ごぼう, 油揚げ, うすくちしゅうゆ, みかん(じょうのう・早生)	牛乳, ★かぼちゃのきな粉スティック	牛乳, ビスコ	普通牛乳, ビスコ
13	金	ご飯	さざ波風皿うどん, ワカメとえのきのすまし汁, りんご	豚肉-もも, じゃがいも, はんぺん, 鶏がらだし, グリーンボール, たまねぎ, にんじん, たけのこ, もやし, こねぎ, 乾しいたけ, 塩こしょう, 上白糖, うすくちしゅうゆ, 片栗粉, サラダ油, 生わかめ, えのきたけ, ふまき, 煮干しだし, 食塩, りんご	牛乳, バナナ	牛乳, ★のりたまおにぎり	普通牛乳, 米, 顆粒風味調味料
14	土	ご飯	フランス風炒り卵, 厚揚げともやしの味噌汁	じゃがいも, 鶏ひき肉, にんじん, きゃべつ, グリーンピース, 鶏卵, 上白糖, うすくちしゅうゆ, サラダ油, 厚揚げ, もやし, 生わかめ, 煮干しだし, 麦みそ	牛乳, たべっこ動物		
15	日		作品展				
16	月	ご飯	茶碗蒸し, 栄養きんぴら, バナナ	鶏肉-もも, ブラックタイガー, 乾しいたけ, ふまき, ほうれんそう, 鶏卵, 昆布だし, 食塩, 本みりん, うすくちしゅうゆ, 豚肉-もも, にんじん, ごぼう, れんこん, 揚げかまぼこ, さやいんげん, しらたき, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 料理酒, サラダ油, バナナ	牛乳, りんご	牛乳, ★レンコンチップス	普通牛乳, れんこん, サラダ油, 食塩
17	火	ご飯	揚げ魚のクリームコーンかけ, ブロッコリー, 野菜たっぷりスープ, りんご	魚の切り身, しょうが, 普通牛乳, 塩こしょう, 片栗粉, サラダ油, 水, 固形コンソメ, クリーム(乳脂肪・植物性脂肪), とうもろこし(クリームスタイル), とうもろこし(ホールスタイル), ブロッコリー, 食塩, じゃがいも, たまねぎ, にんじん, きゃべつ, パーコン, 乾しいたけ, こねぎ, 鶏がらだし, りんご	牛乳, バナナ	牛乳, ポテコ	普通牛乳, お菓子
18	水	ご飯	タンメン, 竹輪とソーセージの磯辺揚げ, みかん	豚肉-もも, 中華めん(ゆで), にんじん, きゃべつ, もやし, 乾しいたけ, こねぎ, かつお・昆布だし, 食塩, うすくちしゅうゆ, 料理酒, ごま油, 焼き竹輪, 魚肉ソーセージ, 小麦粉(薄力粉), あおのり, 鶏卵, 上白糖, サラダ油, みかん(じょうのう・早生)	牛乳, ★きんとん	牛乳, ★きな粉ちんすこう	普通牛乳, 小麦粉(薄力粉), きな粉, 黒砂糖, サラダ油
19	木	ご飯	豆腐のあんかけ, 豚汁, バナナ	木綿豆腐, 豚肉(ひき肉), 小麦粉(薄力粉), サラダ油, 乾しいたけ, 根深ねぎ, にんじん, 片栗粉, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん, 豚肉-もも, さといも, 板こんにやく, はんぺん, 厚揚げ, たまねぎ, ごぼう, だいこん, こねぎ, 麦みそ, バナナ	牛乳, りんご	牛乳, ★さつま芋ボール	普通牛乳, さつまいも, 白玉粉, 上白糖, いりごま, サラダ油
20	金	ご飯	白菜とベーコンのクリームシチュー, ひき肉サラダ, りんご	たまねぎ, はくさい, にんじん, じゃがいも, 鶏肉-もも, パーコン, シチューの素, サラダ油, 豚肉(ひき肉), ごぼう, もやし, ブロッコリー, ごま, マヨネーズ(全卵型), こいくちしゅうゆ, しょうが, 麦みそ, りんご	牛乳, ソフトせんべい	牛乳, ★いりこ	普通牛乳, かたくちいわし(田作り), いりごま, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん
21	土	ご飯	南瓜の野菜あんかけ, ワカメとタマゴのスープ	豚肉(ひき肉), 日本かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, さやいんげん, 上白糖, 料理酒, こいくちしゅうゆ, 本みりん, サラダ油, 片栗粉, 鶏がらだし, 生わかめ, 鶏卵, こねぎ, 食塩, うすくちしゅうゆ	牛乳, シガーフライ	牛乳, チョイスビスケット	普通牛乳, ソフトビスケット
23	月	ご飯	運根ハンバーグ, ホワレン草とコーンのごま和え, にらと豆腐のかき玉汁, みかん	豚肉(ひき肉), にんじん, れんこん, 鶏卵, パン粉, 普通牛乳, 塩こしょう, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん, ほうれんそう, しらす干し, とうもろこし(缶詰), いりごま, 木綿豆腐, かつお・昆布だし, にら, 食塩, 片栗粉, うすくちしゅうゆ, みかん(じょうのう・早生)	牛乳, バナナ	牛乳, ★ヨーグルト蒸しパン	普通牛乳, ホットケーキMIX, ヨーグルト(ドリンクタイプ)
24	火	ご飯	照焼き魚, カボチャサラダ, 燕と鶏ミンチボールのスープ, バナナ	はまち, まだい, しょうが, 上白糖, こいくちしゅうゆ, 本みりん, 料理酒, 日本かぼちゃ, きゅうり, かに風味かまぼこ, マヨネーズ(全卵型), 食塩, かぶ, 鶏ひき肉, たまねぎ, パン粉, 片栗粉, 鶏がらだし, パセリ, バナナ	牛乳, りんご	牛乳, キャラメルコーン	普通牛乳, キャラメルコーン
25	水	ご飯	ふし麺汁, 納豆入りかき揚げ, りんご	ふし麺, 豚肉-もも, たまねぎ, にんじん, はくさい, 油揚げ, はんぺん, ほうれんそう, こねぎ, 食塩, うすくちしゅうゆ, サラダ油, 納豆, 魚肉ソーセージ, 青ピーマン, さつまいも, 鶏卵, 小麦粉(薄力粉), 普通牛乳, 上白糖, りんご	牛乳, バナナ	牛乳, ★米粉のココアパウンドケーキ	普通牛乳, 米粉, ココア(ビュアココア), アーモンドプードル, 上白糖, パーキングパウダー, サラダ油
26	木	ご飯	竜眼, ブロッコリーサラダ, けんちん汁, みかん	すりみ, にんじん, こねぎ, 鶏卵, 食塩, 上白糖, 片栗粉, サラダ油, ブロッコリー, きゃべつ, きゅうり, とうもろこし(ホールスタイル), 塩こしょう, こいくちしゅうゆ, 酢, 豚肉-もも, だいこん, たまねぎ, 木綿豆腐, ごぼう, 油揚げ, うすくちしゅうゆ, みかん(じょうのう・早生)	牛乳, ★かぼちゃのきな粉スティック	牛乳, ビスコ	普通牛乳, ビスコ
27	金	ご飯	さざ波風皿うどん, ワカメとえのきのすまし汁, りんご	豚肉-もも, じゃがいも, はんぺん, 鶏がらだし, グリーンボール, たまねぎ, にんじん, たけのこ, もやし, こねぎ, 乾しいたけ, 塩こしょう, 上白糖, うすくちしゅうゆ, 片栗粉, サラダ油, 生わかめ, えのきたけ, ふまき, 煮干しだし, 食塩, りんご	牛乳, バナナ	牛乳, ★のりたまおにぎり	普通牛乳, 米, 顆粒風味調味料
28	土	ご飯	フランス風炒り卵, 厚揚げともやしの味噌汁	じゃがいも, 鶏ひき肉, にんじん, きゃべつ, グリーンピース, 鶏卵, 上白糖, うすくちしゅうゆ, サラダ油, 厚揚げ, もやし, 生わかめ, 煮干しだし, 麦みそ	牛乳, たべっこ動物	牛乳, ぼたぼた焼き	普通牛乳, 甘辛せんべい