

3月の献立表 卵除去食

平成30年3月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL 6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
1	木	ウエハース	ウエハース	さわらの生姜煮	さわら	料理酒・砂糖・みりん・しょうゆ	生姜	リクエスト 恐竜の卵牛乳	白玉粉 上新粉 黒砂糖 ベーキングパウダー 牛乳
				里芋煮		さといも・しょうゆ・砂糖			
				きんぴらレンコン		糸こんにゃく・しょうゆ・みりん	れんこん・人参・絹さや		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		キャベツ		
				ごはん		米			
2	金	ふかし芋	さつまいも	デコレーション寿司	鮭フレーク	米・しょうゆ・酢・砂糖・塩	人参・たけのこ・干椎茸	桜餅風おはぎ牛乳	米 もち米 塩 小豆 砂糖 牛乳
					桜でんぶ		絹さや・刻みのり・コーン		
				南瓜とがんもの煮物	がんも	しょうゆ・砂糖・みりん	南瓜・いんげん		
				すまし汁	だし昆布・かつお節	しょうゆ・みりん・塩	菜の花		
3	土	ベビースティック	ベビースティック	やきそば	豚肉	中華めん・塩・こしょう	ピーマン・たまねぎ・人参	おほかおにぎりお茶	米 かつお節 しょうゆ お茶
						やきそばソース・油	キャベツ		
				ほうれん草ソテー	ウイナー	塩・こしょう・油	ほうれん草・コーン		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌				
5	月	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	ベジタブルハンバーグ	豚ミンチ	塩・こしょう・油	グリーンピース・たまねぎ・人参	リクエスト アップルパイ牛乳	餃子の皮 りんご 砂糖 油 牛乳
						ビーフシチューの素			
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				春雨サラダ		春雨・酢・しょうゆ・ごま油・砂糖	きゅうり・きくらげ		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	玉ねぎ		
6	火	うさぎ・小くま組遠足	オレンジ	鮭のチーズ焼き	鮭・ミックスチーズ		パセリ	磯ビーンズ牛乳	ちりめんじゃこ 油 大豆水煮 片栗粉 しょうゆ みりん 砂糖 牛乳
				スナップえんどう			スナップえんどう		
				五目ビーフン	豚ミンチ	ビーフン・料理酒・しょうゆ・油	ピーマン・干椎茸・たまねぎ		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		人参		
				ごはん		米	大根・青ねぎ		
7	水	こめほんせん	こめほんせん	チンジャオロース	豚肉	オイスターソース・しょうゆ	ピーマン・たけのこ・人参	ポパイケーキ牛乳	ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳 ほうれん草 牛乳
						砂糖・料理酒・片栗粉・油	もやし		
				フライドポテト		フライドポテト・塩			
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		玉ねぎ		
				ごはん	リクエスト	米			
8	木	南瓜煮	かぼちゃ	エビフライ	卵除去エビフライ	油		フルーツヨーグルトお茶	ヨーグルト 砂糖 みかん バイン お茶
				ブチトマト			ブチトマト		
				きゅうりの酢の物	ちりめんじゃこ・わかめ	砂糖・酢・塩・しょうゆ	きゅうり・人参		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		オクラ		
				ごはん		米			
9	金	ソフトな塩せん	ソフトな塩せん	肉じゃが	牛肉	糸こんにゃく・油・砂糖・みりん	玉ねぎ・人参・絹さや	お好み焼き牛乳	小麦粉 キャベツ ねぎ こんにゃく 豚肉 とんかつソース ケチャップ 油 青のり 牛乳
						しょうゆ・じゃがいも			
				小松菜のツナ和え	ツナ	砂糖・しょうゆ	小松菜・コーン		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌	そうめん	青ねぎ		
10	土	紫いもせんべい	紫いもせんべい	中華丼	豚肉	米・ごま油・シャンタン・しょうゆ	白菜・赤ピーマン	ジャムサンドクラッカー牛乳	クラッカー いちごジャム 牛乳
						片栗粉・料理酒	絹さや・生姜		
				ちやレナムル		しょうゆ・砂糖・ごま油・ごま	もやし・ほうれん草・人参		
				わかめスープ	わかめ	シャンタン・塩			
12	月	粉ふきいも	じゃがいも	ハンバーグ	合ミンチ	塩・こしょう・油	ケチャップ・たまねぎ	もちもちチーズパン牛乳	白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油 牛乳
					リクエスト				
				人参グラッセ		マーガリン・砂糖	人参		
				スパゲティーサラダ		スパゲティー・こしょう・塩・油	きゅうり・赤ピーマン		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		キャベツ		
13	火	ウエハース	ウエハース	カレーライス	牛肉	米・コンソメ・カレールウ・油	人参・玉ねぎ	ぎょうざピザ牛乳	ぎょうざの皮 ケチャップ トマト コーン 粉チーズ 牛乳
					リクエスト				
				ひじきサラダ	ひじき・ツナ	こしょう・塩	きゅうり・赤ピーマン・キャベツ		
				オレンジ			オレンジ		
14	水	クラッカー	クラッカー	麻婆豆腐	豆腐・豚ミンチ・味噌	ごま油・砂糖・しょうゆ	たまねぎ・ねぎ・たけのこ	リクエスト ようかん牛乳	こしあん 寒天 吉野葛 砂糖 塩 牛乳
					赤味噌	シャンタン・片栗粉	干椎茸		
				蒸ししゅうまい	しゅうまい				
				中華スープ		シャンタン・塩・春雨	コーン		
				ごはん		米			
15	木	りんご	りんご	三色丼	豚ミンチ・桜でんぶ	米・しょうゆ・砂糖・ごま油・ごま	ほうれん草・コーン	洋梨ケーキ牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 砂糖 洋梨 ホイップ 牛乳
						みりん			
				炊き合わせ	鶏肉	こんにゃく・しょうゆ・砂糖	人参・大根・絹さや		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌	花麩			

3月の献立表 卵除去食

平成30年3月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL 6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	かや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
16	金	ベビースティック	ベビースティック	さばの竜田揚げ	さば	油・しょうゆ・みりん・料理酒	生姜	お麩ラスク ビビビキャンディ チーズ 牛乳	麩 マーガリン きなこ 砂糖 ビビビ キャンディチーズ 牛乳
				(0.1歳はホキ)		片栗粉			
				キャベツのゆかり和え			ゆかり・キャベツ		
				ひじき煮	大豆水煮・ひじき	糸こんにゃく・しょうゆ・砂糖	人参・いんげん		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		なす・青ねぎ		
ごはん		米							
17	土	卒園式 赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	ぎつねうどん	かつお節・だし昆布	うどん・みりん・しょうゆ・砂糖	白菜・ねぎ・椎茸		
				油揚げ					
				チンゲン菜ときのごりソテー		油・塩・こしょう	チンゲン菜・しめじ		
				ブチゼリー			ブチゼリー		
19	月	ふかし芋	さつまいも	わかめごはん	わかめ	米		リクエスト	じゃがいも 油 塩 牛乳
				かれのい煮付け	カレイ	しょうゆ・みりん・砂糖・料理酒	生姜		
				ブロッコリーおかか和え	かつお節	しょうゆ・砂糖	ブロッコリー		
				はりはり漬け	塩こんにゃく	砂糖・酢・しょうゆ	切干大根・人参		
				たけのこの味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		たけのこ・青ねぎ		
20	火	マンナビスケット	マンナビスケット	マカロニグラタン	鶏肉・牛乳	マカロニ・ホワイトルー・コンソメ	たまねぎ・マッシュルーム	チャーハン 牛乳	米 豚ミンチ 人参 グリーンピース 油 シャンタン 塩 こしょう 牛乳
						ミックスチーズ・パン粉	塩・マーガリン		
				アスパラとパブリカソテー	ウイナー	塩・こしょう・油	赤パブリカ・黄パブリカ・アスパラ		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	小松菜・コーン		
				ロールパン		ロールパン			
22	木	お別れ会 ソフトな塩せんべい	ソフトな塩せんべい	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・しょうゆ・料理酒・片栗粉・油	生姜	卒園おめでとう デコレーション ケーキ 牛乳	オレンジ いちご ホットケーキ ミックス 牛乳 生クリーム 牛乳
				トマト			トマト		
				ポテトサラダ	ウイナー	塩・こしょう・じゃが芋	きゅうり・人参		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		大根・青ねぎ		
				ごはん		米			
23	金	南瓜煮	かぼちゃ	すき焼き風煮	牛肉・焼き豆腐	糸こんにゃく・しょうゆ	干椎茸・たまねぎ・白菜	ウイナー犬 牛乳	ホットケーキ ミックス ウイナー 牛乳
						砂糖・料理酒・みりん・ふ	人参		
				オクラの納豆和え	納豆	しょうゆ・みりん	オクラ		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		ほうれん草		
				ごはん		米			
24	土	こめぼんせん	こめぼんせん	牛丼	牛肉	米・糸こんにゃく	たまねぎ・人参	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳
						砂糖・しょうゆ			
				大根サラダ	かつお節	砂糖・酢・油・しょうゆ	大根・きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		小松菜		
26	月	オレンジ	オレンジ	鯨の南蛮漬け	鯨	塩・片栗粉・油	玉ねぎ・ピーマン・赤パブリカ	スイートポテト 牛乳	さつまいも マーガリン 砂糖 牛乳 黒ゴマ 牛乳
				(0.1歳はたら)		酢・砂糖・しょうゆ	黄パブリカ		
				高野豆腐の煮物	高野豆腐	砂糖・しょうゆ・料理酒・みりん	干し椎茸・人参・絹さや		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		なめこ・青ねぎ		
				ごはん		米			
27	火	クラッカー	クラッカー	鶏肉の照り焼き	鶏肉	しょうゆ・料理酒・みりん・砂糖		黒糖蒸しパン 牛乳	ホットケーキ ミックス 牛乳 黒砂糖 牛乳
				ほうれん草のソテー		塩・こしょう・油	ほうれん草・コーン		
				春雨さっぱりサラダ	わかめ	春雨・酢・しょうゆ・砂糖	きゅうり・人参		
				のっぺい汁	だし昆布・かつお節	しょうゆ・みりん・塩・こんにゃく	大根・人参		
						さといも・片栗粉			
ごはん		米							
28	水	粉ふき芋	じゃがいも	筑前煮	鶏肉・厚揚げ	板こんにゃく・砂糖・しょうゆ	大根・ごぼう・人参	クッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 牛乳
						料理酒・みりん・油	絹さや・干椎茸		
				中華風サラダ		酢・砂糖・しょうゆ・ごま油	もやし・きくらげ・コーン		
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌				
				ごはん		米			
29	木	ウエハース	ウエハース	豆腐チャンプルー	豆腐・豚肉	料理酒・油・しょうゆ	もやし・キャベツ・ニラ	ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム 牛乳
						塩・こしょう・シャンタン	人参		
				揚げぎょうざ	ぎょうざ	油			
				中華スープ		塩・シャンタン	チンゲン菜		
				ごはん		米			
30	金	りんご	りんご	たらきのきのおんかけ	鱈	しょうゆ・みりん・料理酒・片栗粉	えのき・たまねぎ・人参	五平餅 牛乳	米 赤味噌 砂糖 みりん ごま 牛乳
				いんげんごま和え		しょうゆ・砂糖・ごま	いんげん		
				さつま芋の天ぷら		さつまいも・天ぷら粉・油			
				味噌汁	だし昆布・かつお節・味噌		青ねぎ		
				ごはん		米			
31	土	紫いちごせんべい	紫いちごせんべい	ミートスパゲティ	合ミンチ	スパゲティ・ケチャップ	たまねぎ・トマト	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
						粉チーズ	油・コンソメ・砂糖・塩・こしょう		
				ブロッコリーサラダ	ツナ	酢・油・塩・こしょう	ブロッコリー・人参		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	キャベツ・粉パセリ		