

献立一覧表

2024年 3月 (分量は純使用量)

[長寿院保育園3歳未満]

Main table containing meal plans for breakfast, lunch, and dinner across various days of the month. Columns include meal type (朝食, 昼食, 夕食), date, and detailed food items with their respective quantities and nutritional values.

*都合により献立を変更することがあります。

◎ 献立一覧表 ◎

2024年 3月 (分量は純使用量)

[長寿院保育園3歳未満]

	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
期間食	ハイハイ ハイハイ	野菜せんべい 野菜せんべい		ハイハイ ハイハイ	野菜せんべい 野菜せんべい	鉄分入りせんべい ハイハイ
昼食	七分つき玄米ごはん 米、七分つき米	長崎ちゃんぽん 中華めん、生		コーンごはん 米、七分つき米	◎学園リクエスト献立 七分つき玄米ごはん	チキンライス 米、七分つき米
	しゅうまい キャベツ	豚肉スライス キャベツ		スイートコーン、生 だし、固形コンソメ	米、七分つき米	鶏もも、皮つき、若鶏
	春巻の中巻サラダ はるさめ	もやし たまねぎ		冷凍パター うすくちしょうゆ	手搾りコロッケ じゃがいも	たまねぎ
	きゅうり にんじん	にんじん たまねぎ		かれないマヨネーズ かれない	豚ひき肉	グリーンピース
	錦糸玉子 だし、かつお	葉ねぎ チリメンソープの素		食塩	牛ひき肉	だし、固形コンソメ
	うすくちしょうゆ みりん風調味料	ごまつな ごま油		マヨネーズ バルサミク酢	たまねぎ	ケチャップ
	中華スープ もやし	小松菜としめじの和え物 かまかつ		かぼちゃサラダ かぼちゃ	食塩	和風サラダ 大根
	カットわかめ 葉ねぎ	にんじん ぶなしめじ		たまねぎ	ごしよ、混合、粉	きゅうり
	だし、かつお うすくちしょうゆ	みりん風調味料 うすくちしょうゆ		きゅうり	薄力粉	さき身、ゆで、若鶏
	食塩	だし、かつお		マヨネーズ ヨーグルト、全脂無糖	サラダ油	きゅうり
フルーツ・オレンジ バレンシアオレンジ	揚げ餃子 ぎょうざ、冷凍		フルーツバナナ バナナ	ケチャップ	マヨネーズ	
昼食	ビスケット ビスケット、ソフト	クロックムッシュ 食パン		ジャーマンポテト じゃがいも	キャベツとツナのサラダ キャベツ	かぼちゃとうろちの味噌汁 かぼちゃ
	牛乳 普通牛乳	プロセスチーズ 卵		たまねぎ	きゅうり	かぼちゃ
		普通牛乳		にんじん	マヨネーズ	油揚げ
		普通牛乳		ヨーグルト	シーチキン	葉ねぎ
		普通牛乳		食塩	食塩	だし、かつお
		普通牛乳		野菜スープ じゃがいも	豆乳と若布の味噌汁 絹ごし豆腐	鉄色辛みそ、米みそ
		普通牛乳		たまねぎ	カットわかめ	フルーツバナナ バナナ
		普通牛乳		食塩	葉ねぎ	
		普通牛乳		にんじん	淡色辛みそ、米みそ	
		普通牛乳		だいたまねぎ	フルーツバナナ バナナ	
昼食	五目うどん うどん、ゆで	七つつき玄米ごはん 米、七分つき米		ほろほろ焼き(塩味) 塩せんべい	杏仁豆腐 普通牛乳	くるるん羊羹 羊羹(小豆)
	豚ロース、脂身付、中型種	野菜の煮つけ しょうが、生		牛乳 普通牛乳	やわらか杏仁 ハイApple	牛乳 普通牛乳
	たまねぎ	うすくちしょうゆ			みかん缶詰、果肉	
	葉ねぎ	車糖、上白糖			もも缶詰、果肉	
	油揚げ	だし、かつお			キウイフルーツ	
	にんじん	ひろすずの炊いたん かんもどき			いちご	
	うすくちしょうゆ	みりん風調味料			普通牛乳	
	みりん風調味料	豆腐の木の芽湯き 豆				
	だし、かつお	若芽 たけのこ				
	きゅうりとキャベツの酢の物 きゅうり	カットわかめ				
キャベツ	だし、かつお					
にんじん	小松菜とささみのお浸し ごまつな					
カットわかめ	さき身、若鶏					
穀物酢	にんじん					
車糖、上白糖	かつお節					
食塩	みりん風調味料					
だし、かつお	こいくちしょうゆ					
揚げ出し豆腐 木綿豆腐	だし、かつお					
うすくちしょうゆ	豚汁 豚ばら、脂身付、中型種					
みりん風調味料	大根					
だし、かつお	菜の花					
かたくり粉	湯葉、干し					
サラダ油	葉ねぎ					
葉ねぎ	うすくちしょうゆ					
フルーツ・バナナ バナナ	食塩					
	だし、かつお					
	いちごゼリー					
	りんご飲料、濃縮還元					
	寒天					
	車糖、上白糖					
	いちご					
昼食	厚焼き薄塩せんべい 塩せんべい	野菜かりんとう かりんとう、目		玉子蒸しパン 薄力粉	マドレーヌ 薄力粉	ミニゼリー オレンジゼリー
	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳		車糖、三温糖	ベーキングパウダー	牛乳 普通牛乳
				ベーキングパウダー	卵	
				食塩	グラニュー糖	
				卵	無塩バター	
				牛乳	牛乳	
				普通牛乳	普通牛乳	

*都合により献立を変更することがあります。