

3月献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

	3月2日 (月)	3月3日 (火)	3月4日 (水)	3月5日 (木)	3月6日 (金)	3月7日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	保育参観
昼食	ごはん ごはん カレイの照り焼き かれい こいくちしょうゆ 本みりん 清酒(普通) 切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいず(水煮) こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん かつおだし わかめのみそ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし	サケと春キャベツの混ぜご飯 ごはん 鮭フレーク キャベツ にんじん コーン缶ホール ★いりごま→除去 塩 ★ごま油→除去 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー にんじん 焼き竹輪 砂糖 こいくちしょうゆ ★いりごま→除去 豆腐のすまし汁 しめじ 木綿豆腐 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ	ごはん ごはん 鶏の味噌マヨ焼き 鶏もも 米みそ マヨドレ 清酒(普通) ポテトサラダ じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶ホール まぐろ油漬缶 マヨドレ キャベツとコーンのスープ キャベツ たまねぎ コーン缶ホール 洋風だし	ごはん ごはん 高野豆腐の煮物 鶏もも 高野豆腐 たまねぎ にんじん 干しいたけ 青ネギ 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし 大根のみそ汁 たまねぎ にんじん だいこん 青ネギ 米みそ かつおだし オレンジ オレンジ	マーボー丼 ごはん 木綿豆腐 豚ミンチ たまねぎ にんじん 生しいたけ 青ネギ にんにく しょうが ★ごま油→除去 顆粒中華だし 片栗粉 赤みそ 春雨の酢の物 はるさめ(乾) キャベツ にんじん きゅうり ★いりごま→除去 穀物酢 砂糖 わかめスープ たまねぎ にんじん カットわかめ 中華だし ★いりごま→除去	
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 たこ焼き風おにぎり ごはん 米粉 なたね油 お好み焼きソース あおさ かつお節	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ひなまつりパフェ いちご バナナ グリーンキウイフルーツ 黄桃缶 コーンフレーク 豆乳ホイップ 砂糖	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 りんごゼリー 粉寒天 りんごジュース(濃縮還元) 水 砂糖	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 シリアルパー コーンフレーク マシュマロ レーズン	ほうじ茶 ほうじ茶 豆乳もち 調整豆乳 片栗粉 砂糖 きな粉	

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。※完了食のごはんは軟飯です。

※朝のおやつは0～2歳児のみ喫食します。

※★印はアレルギー物質を含む食材です。代替食を記載しておりますので、ご確認ください。

3月献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

	3月9日 (月)	3月10日 (火)	3月11日 (水)	3月12日 (木)	3月13日 (金)	3月14日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食	ごはん ごはん 鮭のマヨコーン焼き さけ クリームコーン缶 マヨドレ 清酒(普通) ブロッコリーのサラダ ブロッコリー にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 オリーブ油 穀物酢 オニオンスープ たまねぎ ぶなしめじ 洋風だし パセリ粉	ツナピラフ ごはん まぐろ油漬缶 たまねぎ にんじん ピーマン コーン缶ホール 顆粒洋風だし パセリ粉 ほうれんそうのソテー たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶなしめじ 顆粒洋風だし ポトフ たまねぎ にんじん かぶ ブロッコリー ウインナーソーセージ 洋風だし	ごはん ごはん 豆腐のケチャップ煮 豚ばら 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ピーマン トマトケチャップ にんにく しょうが 顆粒中華だし 片栗粉 もやしのナムル もやし きゅうり ★ごま油→除去 中華だし オレンジ オレンジ	ごはん ごはん 肉じゃが 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく グリーンピース(冷凍) かつおだし こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 春キャベツのさっぱり和え キャベツ きゅうり にんじん 穀物酢 砂糖 長ネギのみそ汁 長ねぎ にんじん カットわかめ 米みそ かつおだし	鶏ごぼうごはん ごはん 鶏もも ごぼう にんじん まいたけ グリーンピース(冷凍) こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 清酒(普通) いんげんのみそ和え いんげん にんじん ★いりごま→除去 砂糖 米みそ こいくちしょうゆ レタスの和風スープ レタス カットわかめ 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ	味噌煮込みうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 鶏ミンチ 油揚げ 長ねぎ えのきたけ はくさい 赤みそ 本みりん 砂糖 かつおだし バナナ バナナ
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 こうじめしおにぎり ごはん 焼きのり(きざみ海苔) たくあん ★いりごま→除去 ちりめんじゃこ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ココアドーナツ 米粉のホットケーキミックス 絹ごし豆腐 ピュアココア 砂糖 なたね油	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ぶどうゼリー 粉寒天 ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 カレー風味のポップコーン とうもろこし なたね油 塩 カレー粉	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 大豆と煮干しの甘辛揚げ だいず(水煮) 片栗粉 煮干し なたね油 砂糖 こいくちしょうゆ ★いりごま→除去	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

3月献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

	3月16日 (月)	3月17日 (火)	3月18日 (水)	3月19日 (木)	3月20日 (金)	3月21日 (土)	
朝食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	春分の日		ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食	ごはん ごはん カレイの照り焼き かれい こいくちしょうゆ 本みりん 清酒(普通) 切干し大根煮 切干しだいこん(乾) にんじん だいず(水煮) こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん かつおだし わかめのみそ汁 カットわかめ たまねぎ にんじん 青ネギ 米みそ かつおだし	ごはん ごはん 高野豆腐の煮物 鶏もも 高野豆腐 たまねぎ にんじん 干しいたけ 青ネギ 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつおだし 大根のみそ汁 たまねぎ にんじん だいこん 青ネギ 米みそ かつおだし オレンジ オレンジ	ひじきチャーハン ごはん 豚ミンチ ひじき にんじん ピーマン 砂糖 こいくちしょうゆ ゆでブロッコリー ブロッコリー コーン缶ホール 塩 野菜スープ たまねぎ にんじん キャベツ コーン缶ホール 洋風だし	カレーライス ごはん 牛もも たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり コーン缶ホール マヨドレ りんご りんご	春分の日		きのこうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 豚もも たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ 青ネギ かつおだし こいくちしょうゆ 本みりん バナナ バナナ
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 たこ焼き風おにぎり ごはん 米粉 なたね油 お好み焼きソース あおさ かつお節	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 米粉のバナナパンケーキ 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 バナナ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 りんごゼリー 粉寒天 りんごジュース(濃縮還元) 水 砂糖	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 シリアルバー コーンフレーク マシュマロ レーズン	春分の日		ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

3月献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

	3月23日 (月)	3月24日 (火)	3月25日 (水)	3月26日 (木)	3月27日 (金)	3月28日 (土)
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 とうもろこしスナック とうもろこしスナック ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 バナナ バナナ ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい ほうじ茶 ほうじ茶	ほうじ茶 ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい
昼食	ごはん ごはん 鮭のマヨコーン焼き さけ クリームコーン缶 マヨドレ 清酒(普通) ブロッコリーのサラダ ブロッコリー にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 オリーブ油 穀物酢 オニオンスープ たまねぎ ぶなしめじ 洋風だし パセリ粉	ツナピラフ ごはん まぐろ油漬缶 たまねぎ にんじん ピーマン コーン缶ホール 顆粒洋風だし パセリ粉 ほうれんそうのソテー たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶなしめじ 顆粒洋風だし ポトフ たまねぎ にんじん かぶ ブロッコリー ウインナーソーセージ 洋風だし	ごはん ごはん 豆腐のケチャップ煮 豚ばら 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ピーマン トマトケチャップ にんにく しょうが 顆粒中華だし 片栗粉 もやしのナムル もやし きゅうり ★ごま油→除去 中華だし オレンジ オレンジ	ごはん ごはん 肉じゃが 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく グリーンピース(冷凍) かつおだし こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 春キャベツのさっぱり和え キャベツ きゅうり にんじん 穀物酢 砂糖 長ネギのみそ汁 長ねぎ にんじん カットわかめ 米みそ かつおだし	二色おにぎり ごはん コーン缶ホール かつお節 混ぜ込みわかめ 鶏のから揚げ 鶏もも にんにく しょうが こいくちしょうゆ 清酒(普通) ★ごま油→除去 片栗粉 なたね油 ポテトサラダ じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶ホール まぐろ油漬缶 マヨドレ いちご いちご	味噌煮込みうどん ★うどん(ゆで)→ビーフン 鶏ミンチ 油揚げ 長ねぎ えのきたけ はくさい 赤みそ 本みりん 砂糖 かつおだし バナナ バナナ
昼間食	ほうじ茶 ほうじ茶 こうしめしおにぎり ごはん 焼きのり(きざみ海苔) たくあん ★いりごま→除去 ちりめんじゃこ	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ココアドーナツ 米粉のホットケーキミックス 絹ごし豆腐 ピュアココア 砂糖 なたね油	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 ぶどうゼリー 粉寒天 ぶどうジュース(濃縮還元) 水 砂糖	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 カレー風味のポップコーン とうもろこし なたね油 塩 カレー粉	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 どら焼き 米粉のホットケーキミックス 調整豆乳 なたね油 ケーキシロップ つぶしねりあん	ほうじ茶 ほうじ茶 しょうゆせんべい しょうゆせんべい

3月献立表

フジオひまわり保育園

2020.03.01

アレルギー：★卵・小麦・そば・乳・ごま・オクラ

	3月30日 (月)	3月31日 (火)				
朝間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 塩せんべい 塩せんべい ほうじ茶 ほうじ茶	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 レーズン レーズン ほうじ茶 ほうじ茶				
昼食	鶏ごぼうごはん ごはん 鶏もも ごぼう にんじん まいたけ グリーンピース(冷凍) こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖 清酒(普通) いんげんのみそ和え いんげん にんじん ★いりごま 砂糖 米みそ こいくちしょうゆ レタスの和風スープ レタス カットわかめ 青ネギ かつおだし うすくちしょうゆ	カレーライス ごはん 牛もも たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり コーン缶ホール マヨドレ バナナ バナナ				
昼間食	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 大豆と煮干しの甘辛揚げ だいず(水煮) 片栗粉 煮干し なたね油 砂糖 こいくちしょうゆ ★いりごま→除去	牛乳 ★普通牛乳→ほうじ茶 シリアルパー コーンフレーク マシュマロ レーズン				