

2023年03月



予定献立表



認定こども園 両野こども園(一般)

日	曜	昼食献立名	1・2歳児 10時おやつ	3時おやつ	きいろ		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	水	タンメン ポパイサラダ	幼児野菜フルーツ かりんとう	クリームチーズ和え プレミアムクラッカー	生中華めん、ごま油	豚肉、クリームチーズ	ほうれんそう、キャベツ、人参、もやし、バナナ、もも缶、みかん缶、パイン缶、葱、ねぎ、にら、椎茸
2	木	米 鮭の照り焼き 幼児野菜 小松菜の生姜和え れんこんのきんぴら	幼児りんご ハッピーターン	植物性プリン ばかうけ	米、油、砂糖	かじき、豚ひき肉	小松菜、れんこん、胡瓜、人参、生姜、あおのり
3	金	ちらしずし コロコロ胡瓜 麩のすまし汁 (ほうれん草) チキンナゲット	グレープゼリー	幼児牛乳 ひなあられ 星食べよ	米、砂糖、焼し、油 	牛乳、チキンナゲット、卵、鶏もも肉	胡瓜、ほうれんそう、人参、ごぼう、れんこん、ねぎ、椎茸、かんぴょう(乾)、いんげん、生姜、刻みのり
4	土	カツパン とまのコロコロサラダ チンゲン菜のスープ	健康ヨーグルト	幼児野菜フルーツ 源氏パイ	油 	カツパン	胡瓜、トマト、チンゲンサイ、コーン缶、しいたけ、ねぎ
6	月	食パン ほりほり小魚 肉しゅうまい わかめサラダ 春菊と豆腐のスープ	オレンジゼリー	ほうじ茶 おにぎり	米、しゅうまいの皮、片栗粉、油、ごま、ごま油	豚ひき肉、ツナ油漬缶、木綿豆腐	玉ねぎ、キャベツ、胡瓜、しゅんぎく、生わかめ、グリーンピース、生姜
7	火	米 鶏肉のねぎ塩焼き キャベツのツナ和え かき玉汁	幼児野菜フルーツ 乾パン	朝食いちごヨーグルト かあさんビスケット	米、ごま油 	ヨーグルト、鶏もも肉、ツナ油漬缶、卵	キャベツ、胡瓜、人参、ねぎ、レモン果汁、にら
8	水	食パン ポトフ 鶏のから揚げ チーズサラダ	麦茶 星食べよ (やさしい)	スキムミルク グラノラクッキー	片栗粉、小麦粉、油、砂糖	鶏むね肉、脱脂粉乳、チーズ、バター、ウインナーソーセージ、卵	レタス、胡瓜、大根、ブロッコリー、えのきたけ、人参、にんにく、生姜
9	木	米 豚肉の生姜焼き 麦茶 ほうれん草のおかか和え 切干大根の煮物	ピーチゼリー	幼児ぶどう しょうゆせんべい	米、油、片栗粉、砂糖	豚小間、さつま揚げ、かつお節	ぶどう濃縮果汁、ほうれんそう、もやし、ピーマン、切り干しだいこん、人参、いんげん、生姜
10	金	米 幼児りんご チキンカレー もやしとハムのサラダ	麦茶 ばりんこせんべい	牛乳 クリームパン	米、じゃがいも、油	牛乳、鶏もも肉、ハム	りんご濃縮果汁、もやし、玉葱、人参、胡瓜、マッシュルーム缶、グリーンピース
11	土	きつねうどん キャベツの昆布サラダ	幼児牛乳 ハードビスケット	グレープゼリー ハッピーターン	ゆであどん、砂糖、ごま油	油揚げ、豚肉、なると 	キャベツ、ほうれんそう、人参、ねぎ、塩こんぶ
13	月	フィッシュバーガー 蒸し野菜 織キャベツ ミネストローネ	幼児野菜フルーツ ウエハース	ココアミルク もちもちチーズボン	ココッパン、白玉粉、ホットケーキ粉、油、マカロニ	脱脂粉乳、ペーゴン、牛乳、粉チーズ	ブロッコリー、キャベツ、玉葱、人参、トマトピューレ、グリーンピース
14	火	麻婆豆腐 スティック胡瓜 中華スープ (チンゲン菜)	ほうじ茶 野菜バー	ジョア ココナツサブレ	米、片栗粉、砂糖、ごま油、ごま(乾)	木綿豆腐、豚ひき肉、みみそ	胡瓜、チンゲンサイ、ねぎ、人参、椎茸、にんにく、生姜
15	水	味噌ラーメン ゆで卵 ポパイサラダ	幼児野菜フルーツ かりんとう	クリームチーズ和え プレミアムクラッカー	生中華めん、ごま(乾)、ごま油、砂糖	卵、豚ひき肉、クリームチーズ、米みそ(淡色みそ)	ほうれんそう、もやし、キャベツ、人参、バナナ、もも缶、みかん缶、パイン缶、玉葱、にら、コーン缶、にんにく、生姜
16	木	米 鮭の照り焼き 幼児野菜 小松菜の生姜和え れんこんのきんぴら	幼児りんご ハッピーターン	植物性プリン ばかうけ	米、油、砂糖	かじき、豚ひき肉	小松菜、れんこん、胡瓜、人参、生姜、あおのり
17	金	パインパン ミートソースバゲティ 水菜サラダ 果汁りんご	グレープゼリー	麦茶 たこ焼き	パインパン、スバゲティ、小麦粉、油、ごま油	豚ひき肉、たこ(ゆで)、卵、しらす干し ちりめんじゃこ、バター、粉チーズ、かつお節	りんご濃縮果汁、キャベツ、玉葱、トマト、みずな、人参、ねぎ、パセリ、にんにく、椎茸、あおのり
18	土	カツパン とまのコロコロサラダ チンゲン菜のスープ	健康ヨーグルト	幼児野菜フルーツ 源氏パイ	油 		胡瓜、トマト、チンゲンサイ、コーン缶、椎茸、ねぎ
20	月	食パン ほりほり小魚 肉しゅうまい わかめサラダ 春菊と豆腐のスープ	オレンジゼリー	ほうじ茶 おにぎり	米、しゅうまいの皮、片栗粉、油、ごま、ごま油	豚ひき肉、ツナ油漬缶、木綿豆腐	玉葱、キャベツ、胡瓜、しゅんぎく、生わかめ、グリーンピース、生姜
22	水	食パン ポトフ 鶏のから揚げ チーズサラダ	麦茶 星食べよ (やさしい)	幼児牛乳 ショートケーキ	片栗粉、油	牛乳、鶏むね肉、チーズ、ウインナーソーセージ	レタス、きゅうり、大根、ブロッコリー、えのきたけ、人参、にんにく、生姜
23	木	米 豚肉の生姜焼き 麦茶 ほうれん草のおかか和え 切干大根の煮物	ピーチゼリー	幼児ぶどう しょうゆせんべい	米、油、片栗粉、砂糖	豚小間、さつま揚げ、かつお節	ぶどう濃縮果汁、ほうれんそう、もやし、ピーマン、切り干しだいこん、人参、いんげん、生姜
24	金	米 幼児りんご チキンカレー もやしとハムのサラダ	麦茶 ばりんこせんべい	幼児牛乳 クリームパン	米、じゃがいも、油	牛乳、鶏もも肉、ハム	りんご濃縮果汁、もやし、玉葱、人参、きゅうり、マッシュルーム缶、グリーンピース
25	土	きつねうどん キャベツの昆布サラダ	幼児牛乳 ハードビスケット	グレープゼリー ハッピーターン	ゆであどん、砂糖、ごま油	油揚げ、豚肉、なると	キャベツ、ほうれんそう、人参、ねぎ、塩こんぶ
27	月	フィッシュバーガー 蒸し野菜 織キャベツ ミネストローネ	幼児野菜フルーツ ウエハース	ココアミルク もちもちチーズボン	ココッパン、白玉粉、ホットケーキ粉、油、マカロニ	脱脂粉乳、ペーゴン、牛乳、粉チーズ	ブロッコリー、キャベツ、玉葱、人参、トマトピューレ、グリーンピース
28	火	麻婆豆腐 スティック胡瓜 中華スープ (チンゲン菜)	ほうじ茶 野菜バー	ジョア ココナツサブレ	米、片栗粉、砂糖、ごま油、ごま(乾)	木綿豆腐、豚ひき肉、みみそ	胡瓜、チンゲンサイ、ねぎ、人参、椎茸、にんにく、生姜

*献立は、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

*コードモンアプリでも献立が見られます。ぜひご利用ください。

<月平均栄養価>

3歳以上児

3歳未満児

エネルギー

576kcal

526kcal

たんぱく質

23.3g

20.1g

脂質

18.7g

15.5g

食塩相当量

2.0g

1.7g