



献立表



令和6年

ひろにわ保育所

	献立 (未満児主食)	10時のおやつ	3時のおやつ	体を作る	調子を整える	熱や力になる
1 金	魚の味噌煮 (ご飯) 即席漬け すまし汁 いちご	牛乳 お菓子	カルピス ひなあられ	牛乳 鯖 味噌 ごま かまぼこ わかめ	生姜 キャベツ 胡瓜 人参 えのき ねぎ 苺	砂糖 醤油 みりん 酒 塩 カルピス ひなあられ
2 土	肉うどん 牛乳 バナナ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 牛肉 かまぼこ	玉葱 人参 牛蒡 生姜 ネギ バナナ	うどん麺 油 醤油 砂糖 みりん 塩 酒
4 月	鶏の唐揚げ (ご飯) ポテトサラダ 味噌汁 りんご	牛乳 お菓子	牛乳 たこ焼き	牛乳 鶏肉 ハム 油揚げ 味噌	生姜 にんにく 人参 胡瓜 コーン キャベツ 玉葱 ネギ りんご	酒 塩 こしょう 片栗粉 油 じゃが芋 マヨネーズ 酢 砂糖 たこ焼き
5 火	焼肉風 (ご飯) わかめスープ バナナ	牛乳 ゼリー	牛乳 揚げパン	牛乳 牛肉 ごま 味噌 わかめ きな粉	人参 ビーマン 玉葱 もやし キャベツ にんにく ネギ バナナ	ごま油 砂糖 醤油 一味唐辛子 油 コンソメ 塩 ロールパン
6 水	ポークカレー (ご飯) コールスローサラダ ヨーグルト	牛乳 チーズ	牛乳 お菓子	牛乳 豚肉 ハム ヨーグルト	玉葱 人参 グリーンピース キャベツ 胡瓜	じゃが芋 油 カレールー マヨネーズ ポッカレモン 砂糖 塩
7 木	魚のカレー煮 (ご飯) 粉ふき芋 味噌汁 パイン	牛乳 ゼリー	牛乳 フレンチトースト	牛乳 鯖 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌 卵	玉葱 ネギ パイン缶	醤油 酒 砂糖 カレールー ケチャップ じゃが芋 塩 こしょう 食パン バター バニラエッセンス
8 金	ハンバーグ (ご飯) 元氣サラダ ウィナースープ	牛乳 お菓子	牛乳 プリンアラモード	牛乳 合挽ミンチ 卵 ハム かつお節 水晶昆布 ウィナー 生クリーム	玉葱 キャベツ 胡瓜 人参 コーン パセリ 苺 バナナ オレンジ	パン粉 塩 こしょう 油 ケチャップ 醤油 酢 砂糖 コンソメ プリン
9 土	焼きそばパン 牛乳 オレンジ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 豚肉	玉葱 人参 キャベツ オレンジ	コッペパン 焼きそば麺 ソース
11 月	マカロニグラタン (パン) 人参グラッセ コーンスープ	牛乳 お菓子	お茶 ひじきおにぎり	牛乳 鶏肉 生クリーム とろけるチーズ ベーコン ひじき しらす干し	玉葱 人参 エリンギ マッシュルーム コーン クリームコーン	マカロニ 小麦粉 バター コンソメ 塩 こしょう パン粉 砂糖 ポッカレモン 米 醤油 みりん 酒
12 火	お弁当の日	牛乳 ゼリー	牛乳 ごぼうフライ	牛乳	ごぼう	片栗粉 油 塩 ガーリックパウダー
13 水	五目厚焼き卵 (ご飯) スティック胡瓜 納豆 味噌汁 いちご	牛乳 チーズ	お茶 フルーツムース	牛乳 鶏ミンチ 卵 納豆 油揚げ 味噌	玉葱 人参 コーン 干し椎茸 胡瓜 ネギ 苺 みかん缶 パイン缶	塩 砂糖 醤油 じゃが芋 フルーチェ
14 木	親子丼 (ご飯) 切干大根の胡麻和え バナナ	牛乳 ゼリー	オレンジジュース お菓子	鶏肉 かまぼこ 卵 ツナ缶 すりごま	玉葱 人参 干し椎茸 えのき ネギ 切干大根 胡瓜 バナナ	油 塩 醤油 砂糖 片栗粉 オレンジジュース
15 金	魚のフライ (ご飯) 昆布和え かきたま汁	牛乳 お菓子	牛乳 ぱりぱりピザ	牛乳 カレイ 卵 塩昆布 すりごま ウィナー とろけるチーズ	キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 えのき ネギ ビーマン トマト コーン	塩 こしょう 小麦粉 パン粉 油 ソース 醤油 片栗粉 餃子の皮 ケチャップ
16 土	ナポリタンスパゲティ 飲むヨーグルト オレンジ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	ウィナー 粉チーズ 飲むヨーグルト	玉葱 人参 ビーマン コーン しめじ マッシュルーム トマト トマト缶 パセリ オレンジ	スパゲティ麺 コンソメ ケチャップ 塩 バター
18 月	クリームシチュー (パン) フレンチサラダ バナナ	牛乳 お菓子	お茶 ウィナーにぎり	牛乳 鶏肉 ウィナー 味付け海苔	玉葱 人参 コーン キャベツ 胡瓜 人参 みかん缶 バナナ	じゃが芋 シチュールー 酢 砂糖 塩 こしょう 油 米
19 火	食育の日 五目寿司 照り焼きチキン シルバーサラダ すまし汁	牛乳 ゼリー	ジョア お菓子	かまぼこ 卵 焼き海苔 鶏肉 ハム 豆腐 わかめ	干し椎茸 かんぴょう 牛蒡 人参 いんげん 生姜 にんにく 胡瓜 えのき 玉葱 ネギ	米 砂糖 酢 塩 醤油 油 でんぶ 酒 みりん 春雨 マヨネーズ ジョア
21 木	竹輪のカレー揚げ (ご飯) 切干大根の煮物 納豆 味噌汁	牛乳 チーズ	牛乳 ミニボルガ	牛乳 竹輪 卵 粉チーズ 油揚げ 納豆 豆腐 わかめ 味噌	切干大根 人参 玉葱 ネギ	小麦粉 カレールー 油 醤油 砂糖 みりん ミニボルガ
22 金	麻婆豆腐 (ご飯) 金時豆の甘煮 オレンジ	牛乳 お菓子	牛乳 もちもちきな粉ドーナツ	牛乳 合挽ミンチ 赤味噌 豆腐 金時豆 卵 きな粉	玉葱 人参 干し椎茸 竹の子 ニラ 生姜 にんにく オレンジ	ごま油 中華だし 醤油 塩 砂糖 みりん 片栗粉 ホットケーキミックス 団子粉 油
23 土	野菜ラーメン 牛乳 バナナ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 豚肉 ごま	玉葱 人参 もやし コーン キャベツ ネギ バナナ	ラーメン麺 醤油 中華だし 塩 こしょう ごま油
25 月	卒園式 白菜と肉団子のスープ (ご飯) もやしのナムル オレンジ	牛乳 ゼリー	牛乳 スノーボール	牛乳 鶏ミンチ ハム ごま	ネギ 生姜 玉葱 人参 白菜 干し椎茸 もやし 胡瓜 オレンジ	片栗粉 醤油 酒 春雨 中華だし 塩 酢 砂糖 ごま油 ホットケーキミックス アーモンド粉 バター 粉糖
26 火	ハヤシライス (ご飯) ツナサラダ 一口ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳 あべかわバナナ	牛乳 牛肉 シーチキン きな粉	玉葱 人参 しめじ えのき マッシュルーム トマト缶 キャベツ 胡瓜 バナナ	油 ハヤシルー 砂糖 塩 こしょう マヨネーズ
27 水	豚丼 (ご飯) 胡麻和え ヤクルト	牛乳 チーズ	牛乳 お菓子	牛乳 豚肉 かまぼこ しらす干し すりごま	にんにく 生姜 玉葱 人参 竹の子 干し椎茸 ネギ キャベツ 胡瓜	油 醤油 砂糖 みりん 酒 塩 ヤクルト
28 木	肉じゃが (ご飯) すまし汁 バナナ	牛乳 ゼリー	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 牛肉 かまぼこ 卵	玉葱 人参 牛蒡 干し椎茸 えのき ネギ バナナ	じゃが芋 糸蒟蒻 油 塩 醤油 砂糖 みりん 麩 蒸しパン粉 バター ココア
29 金	魚の竜田揚げ (ご飯) おかか和え かきたま汁 オレンジ	牛乳 お菓子	お茶 焼きカレー	鯖 かつお節 卵 合挽ミンチ とろけるチーズ	生姜 小松菜 もやし 人参 玉葱 えのき ネギ オレンジ ビーマン エリンギ	醤油 酒 砂糖 片栗粉 油 塩 米 カレールー
30 土	具うどん 牛乳 バナナ	牛乳 ゼリー	お茶 お菓子	牛乳 鶏肉 かまぼこ 油揚げ	玉葱 人参 ネギ バナナ	うどん麺 塩 醤油 みりん

※3時のおやつは、手作りおやつです。

一年間のまとめの月になりました

今年度も残りあとわずかですが、たくさん食べてよく寝て、元気に過ごして楽しい思い出をたくさんつくりたいですね。3月の献立は、もうすぐ卒園するきりん組さんからのリクエストをメインにしています。きりん組さんにとっては、何度も食べてきたメニューです。色々な献立とともに、保育所での生活を思い出してみる機会にもなるのではないのでしょうか。

また、これまで保育所で取り組んできた朝食の大切さや食事のマナーなどは、引き続き小学校で必要となるものばかりです。

今月は、子ども一人ひとりの成長を受け止めながら、家庭と保育所の両方で給食を通じた食生活への振り返りの月にしたいですね。

給食室・・・福田、上川、稲葉

