

# 給食献立表

2024年3月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	金	牛乳	コーンカレーライス 福神漬 ブロッコリーサラダ スープ	堅あげポテト オレンジジュース	牛乳 豚小間肉 角ハム	じゃがいも 調合油 精白米	コーン缶詰 たまねぎ にんじん 福神漬け ブロッコリー きゅうり 白菜 えのきたけ	502	11.07	13.96	
2	土	ヤクルト	中華丼 オレンジ スープ		ヤクルト 豚小間肉 卵	ごま油 上白糖 片栗粉 精白米	白菜 にんじん しいたけ しょうが ねぎ オレンジ あさつき	456	13.15	12.28	
4	月	牛乳	ご飯 コロッケ レタスサラダ 味噌汁	ひな祭りカップケーキ 麦茶	牛乳 かたくちいわし 卵 ホイップクリーム	精白米 調合油 観世ふ ホットケーキミックス 上白糖	レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな にんじん	524	12.05	14.25	
5	火	ヤクルト	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 五色和え ふりかけ 味噌汁	ココア蒸しパン 麦茶	ヤクルト 生鮭 かつお節 油揚げ かたくちいわし 牛乳	精白米 上白糖 有塩バター ホットケーキミックス 調合油	たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ 小松菜 もやし ぶなしめじ コーン缶詰 白菜 えのきたけ	480	21.20	10.16	
6	水	ヤクルト	三色ご飯 揚げシューマイ ひじきサラダ すまし汁	たべっ子どうぶつ ジョア	ヤクルト ぶたひき肉 卵 ちくわ 木綿豆腐 えびボール ジョア	上白糖 精白米 調合油	にんじん ひじき きゅうり カットわかめ ねぎ まこんぶ	590	22.51	19.05	
7	木	牛乳	チャンポンうどん スマイルポテト オレンジ	菜めしおにぎり 麦茶	牛乳 豚小間肉 細切り蒲鉾	うどん ごま油 調合油 いらごま 精白米	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ オレンジ 菜めし	677	14.71	12.30	
8	金	ヤクルト	ハヤシライス マカロニサラダ スープ	雷の宿 アップル&キャロット	ヤクルト 豚小間肉 角ハム	調合油 精白米 マカロニ	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ グリーンピース きゅうり にんじん 白菜 コーン缶詰	543	10.94	14.61	
9	土	ヤクルト	焼きそば パナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし パナナ カットわかめ えのきたけ コーン缶詰	458	10.31	14.63	
11	月	ヤクルト	ご飯 鶏肉の照り焼き ツナサラダ ふりかけ 味噌汁	チョイスビスケット 幼児牛乳	ヤクルト とりもも肉 ツナ かたくちいわし 幼児牛乳	精白米 上白糖	しょうが レタス カットわかめ きゅうり コーン缶詰 キャベツ にんじん ぶなしめじ	545	21.80	19.33	
12	火	牛乳	ご飯 かじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	パナナ ヨーグルト	牛乳 めかじき 角ハム かたくちいわし ヨーグルト	精白米 三温糖 じゃがいも	しょうが きゅうり にんじん 白菜 えのきたけ パナナ	476	17.49	9.89	
13	水	ヤクルト	エビピラフ マカロニケチャップ炒め スティック胡瓜 スープ	ミニたい焼き 麦茶	ヤクルト ムキエビ ぶたひき肉	調合油 有塩バター 精白米 マカロニ	たまねぎ マッシュルーム パセリ きゅうり キャベツ ぶなしめじ コーン缶詰	297	8.90	6.18	
14	木	ヤクルト	スパゲティミートソース オレンジ スープ	肉まん 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 パルメザンチーズ 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	マッシュルーム たまねぎ にんじん オレンジ コーン缶詰 こまつな	501	22.49	15.15	
15	金	牛乳	メキシカンライス チーズサラダ スープ	ベジタべる 麦茶	牛乳 ポークウインナ チーズ 卵	精白米 調合油 有塩バター 上白糖 ごま油	たまねぎ にんじん コーン缶詰 マッシュルーム キャベツ きゅうり 白菜 ぶなしめじ	360	8.75	11.66	
16	土	ヤクルト	カレーうどん オレンジ 動物チーズ		ヤクルト 豚小間肉 油揚げ 動物チーズ	うどん 片栗粉	たまねぎ にんじん オレンジ	555	12.53	16.30	
18	月	ヤクルト	ご飯 かぼちゃひき肉フライ 海藻サラダ 味噌汁	チーズ蒸しパン 牛乳	ヤクルト 油揚げ かたくちいわし 牛乳 チーズ	精白米 調合油 ホットケーキミックス 上白糖	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 たまねぎ えのきたけ 干しぶどう	585	15.78	19.58	
19	火	牛乳	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 ふりかけ 味噌汁	かっぱえびせん 麦茶	牛乳 からすかいかい 卵 さつま揚げ 油揚げ 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米 薄力粉 上白糖	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ なめこ ねぎ	415	20.23	7.63	
21	木	ヤクルト	味噌ラーメン 餃子 オレンジ	フランクフルト 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 ポークフランク	ラーメン 調合油	もやし なら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ	472	17.82	17.79	
22	金	ヤクルト	ビーフストロガノフ ミモザサラダ スープ	ソフトサラダ 白ぶどう&ほうれん草	ヤクルト 豚もも肉 牛乳 卵 角ハム	調合油 精白米 じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム にんじん きゅうり こまつな コーン缶詰	585	14.00	17.53	
23	土				卒園式						
25	月	牛乳	ご飯 煮込みハンバーグ シーザーサラダ スープ	オレンジゼリー せんべい	牛乳 パルメザンチーズ 卵	精白米 有塩バター 上白糖 クルトン	たまねぎ ぶなしめじ レタス きゅうり にんじん 白菜	462	12.70	10.93	
26	火	ヤクルト	ご飯 サワラ西京漬 野菜サラダ ふりかけ 味噌汁	マリービスケット ココア	ヤクルト サワラ サワラ西京本漬 角ハム かたくちいわし 牛乳	精白米 じゃがいも 観世ふ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ	585	23.35	14.66	
27	水	ヤクルト	ご飯 マーボウ豆腐 ラーパーツァイ スープ	サッポロポテト 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 木綿豆腐	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが 白菜 にんじん カットわかめ えのきたけ コーン缶詰	463	14.10	18.11	
28	木	牛乳	きつねうどん 揚げシューマイ オレンジ	原宿ドック 麦茶	牛乳 なんと 油揚げ	うどん 三温糖 調合油	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ	589	17.24	15.19	
29	金	ヤクルト	ガパオライス 拌三絲 タイ風海苔スープ	海老せんべい オレンジジュース	ヤクルト ぶたひき肉 卵 角ハム 木綿豆腐	上白糖 精白米 はるさめ ごま油	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン きゅうり にんじん 白菜 刻みのり	522	15.62	13.64	
30	土	ヤクルト	きのこスパゲティ オレンジ スープ		ヤクルト ぶたひき肉 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ あさつき オレンジ コーン缶詰 こまつな	466	15.99	12.30	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	484	14.99	13.48