

2024年度3月 幼児食献立予定表

ニチイキッズあいずみさかふじ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
1 15 29 (土)	ご飯 ねぎのおみそ汁 かれないの照り焼き 切り干し大根の旨煮 バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、こまつな、もやし、ねぎ、油揚げ、みそ/かれない、おろししょうが、しょうゆ、みりん、こま/かつおだし汁、切り干しだいこん、ひじき、にんじん、しめじ、砂糖、しょうゆ、いんげん、みりん/バナナ/牛乳/食パン、とろけるチーズ、グラニュー糖	牛乳 ウエハース 牛乳 やみつきトースト	515(486) kcal 25.9(23.5) g 11.6(13.5) g
3 (月)	ちらし寿司 チンゲンサイのすまし汁 さわらのみそ照り焼き いちご	牛乳/ひなあられ/米、こんぶ(だし用)、酢、砂糖、食塩、かつお・昆布だし汁、にんじん、いんげん、コーン(冷凍)、切干大根、砂糖、しょうゆ、かつお・昆布だし汁/かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、木綿豆腐、しめじ、食塩、しょうゆ、みりん/さわら、おろししょうが、砂糖、米みそ(甘みそ)、みりん/いちご/牛乳/ホットケーキ粉、砂糖、卵、油、ほうれんそう、いちご、牛乳、生クリーム、砂糖	牛乳 ひなあられ 牛乳 ももケーキ	564(519) kcal 22.6(21.1) g 19.9(19.0) g
17 31 (月)	高野豆腐のそぼろ丼 こまつなのおみそ汁 さつま芋のレモン煮 りんご	牛乳/クラッカー/米、油、しょうが、豚ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ/かつおだし汁、こまつな、もやし、えのきたけ、米みそ(甘みそ)/さつま芋、かつお・昆布だし汁、砂糖、レモン果汁、しょうゆ、りんご/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、もも缶(黄桃)、無塩バター、砂糖、卵	牛乳 クラッカー 牛乳 ももケーキ	525(478) kcal 17.3(17.1) g 15.2(16.0) g
4 18 (火)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 鶏の塩焼き ちんげんさいのソテー バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、じゃがいも、切り干しだいこん、カットわかめ、みそ/鶏もも肉、おろししょうが、みりん、食塩、片栗粉/油、チンゲンサイ、はくさい、にんじん、もやし、鶏がらスープの素、食塩、ごま油/バナナ/牛乳/無塩バター、マシュマロ、コーンフレーク	牛乳 おせんべい 牛乳 マシュマロおこし	518(481) kcal 20.5(19.4) g 12.8(13.3) g
5 19 (水)	ご飯 チンゲンサイのすまし汁 豚肉のみそ焼き ひじきサラダ オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、切り干しだいこん、カットわかめ、食塩、しょうゆ/豚肉(肩ロース)、おろししょうが、砂糖、みそ、みりん/ひじき、しょうゆ、ツナ水煮缶、きゅうり、にんじん、れんごん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、砂糖/オレンジ/牛乳/りんご濃縮果汁、かんでん(粉)、砂糖/ソフトせんべい塩味	牛乳 クラッカー 牛乳 りんごゼリー、おせんべい	501(471) kcal 19.1(18.4) g 17.2(17.3) g
6 (木)	肉豆腐炒め丼 こまつなのおみそ汁 じゃがいものオープン焼き バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、木綿豆腐、しょうゆ、みりん、片栗粉、水/かつおだし汁、こまつな、もやし、えのきたけ、みそ/じゃがいも、油、食塩、片栗粉、あおのり/バナナ/牛乳/焼豆、バター、砂糖、牛乳、ココア(ビュアココア)	牛乳 ウエハース 牛乳 ココアのふラスク	469(452) kcal 16.9(16.5) g 14.3(15.9) g
7 (金)	ご飯 だいこんのおみそ汁 さわらのカレー煮 ほうれんそうのささみ和え みかん	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、だいこん、キャベツ、カットわかめ、みそ/かつおだし汁、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、さわら、片栗粉、カレー粉/鶏ささ身、ほうれんそう、にんじん、もやし、砂糖、しょうゆ、かつお節/みかん/牛乳/かぼちゃ、無塩バター、砂糖、牛乳	牛乳 おせんべい 牛乳 スイートパンプキン	505(479) kcal 22.8(21.1) g 15.0(16.5) g
21 (金)	わかめおにぎり だいこんのおみそ汁 ミートボール 切り干し大根のサラダ いちご	牛乳/お子様せんべい/米、炊き込みわかめ、食塩、/かつおだし汁、だいこん、葉ねぎ、米みそ(甘みそ)/豚ひき肉、たまねぎ、にんにく、食塩、油、ケチャップ、砂糖、しょうゆ、酢、片栗粉/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ、本みりん、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、食塩/いちご/牛乳/牛乳、生クリーム、ゼラチン、砂糖、水、ココア(ビュアココア)、生クリーム、砂糖、さつま芋、食塩、油	牛乳 おせんべい 牛乳 ココアムース	500(458) kcal 18.0(16.7) g 19.8(18.2) g
8 22 (土)	ご飯 はくさいの味噌汁 ポークチャップ ブロッコリーのサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつお・昆布だし汁、はくさい、エリンギ、カットわかめ、米みそ(甘みそ)/豚肉(もも)、たまねぎ、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、食塩/ブロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、食塩、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)/バナナ/牛乳、小麦粉、砂糖、油、食塩	牛乳 クラッカー 牛乳 ちんすこう	547(508) kcal 21.2(20.1) g 17.2(17.3) g
10 24 (月)	カレーライス かぼちゃのおみそ汁 キャベツサラダ りんご	牛乳/カルテツウエハース/米、油、鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、かつお・昆布だし汁、カレールウ、砂糖、いちごジャム、鶏がらスープの素、片栗粉/かつおだし汁、かぼちゃ、葉ねぎ、米みそ(甘みそ)/キャベツ、ブロッコリー、コーン(冷凍)、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、砂糖、酢/りんご/牛乳/食パン、きゅうり、ツナ水煮缶、マヨドレ(ノンエッグマヨネーズ)、食	牛乳 ウエハース 牛乳 ツナサンド	524(477) kcal 18.5(17.3) g 14.5(15.9) g
11 25 (火)	ご飯 えのきのおみそ汁 さばの塩焼き ごぼうの炒め煮 バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、こまつな、切り干しだいこん、えのきたけ、みそ/さば、食塩/油、豚ひき肉、ごぼう、れんごん、にんじん、ピーマン、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/バナナ/牛乳/米みそ(甘みそ)、砂糖、みりん、すりごま、水	牛乳 おせんべい 牛乳 五平餅	578(536) kcal 23.0(21.3) g 16.7(17.4) g
12 (水)	五目炒飯 春雨スープ キャベツとツナのサラダ りんご	牛乳/クラッカー/米、ごま油、葉ねぎ、にんじん、しめじ、豚ひき肉、しょうゆ、食塩、鶏がらスープの素/はるさめ、カットわかめ、コーン(冷凍)、鶏ささ身、かつお・昆布だし汁、鶏がらスープの素、食塩、しょうゆ/キャベツ、ツナ油漬缶、きゅうり、コーン(冷凍)、にんじん、油、酢、砂糖、食塩/りんご/牛乳/じゃがいも、かぼちゃ、にんじん、油、食塩、片栗粉、小麦粉	牛乳 クラッカー 牛乳 フライドお野菜	484(440) kcal 16.5(16.0) g 17.0(17.1) g
26 (水)	ご飯 さといものおみそ汁 さけのマヨ焼き こまつなのソテー りんご	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、さといも、もやし、油揚げ、みそ/さけ、食塩、片栗粉、たまねぎ、ノンエッグマヨネーズ/油、こまつな、にんじん、コーン(冷凍)、食塩/りんご/牛乳/小麦粉、砂糖、きな粉、無塩バター、砂糖、きな粉	牛乳 クラッカー 牛乳 きなこボールクッキー	513(480) kcal 23.2(21.5) g 14.6(15.2) g
13 27 (木)	ご飯 さつま汁 凍り豆腐のから揚げ ブロッコリーのみそ和え バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつお・昆布だし汁、鶏もも肉、片栗粉、さつま芋、たまねぎ、ごぼう、食塩、しょうゆ、みりん/油、凍り豆腐、おろしにんにく、しょうゆ、水、鶏がらスープの素、片栗粉/しらす干し、ブロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、かつお・昆布だし汁、砂糖、みそ、みりん/バナナ/牛乳/食パン、いちごジャム	牛乳 ウエハース 牛乳 ジャムサンド	550(514) kcal 21.9(20.4) g 13.3(14.9) g
14 28 (金)	ご飯 ジュリエンスープ BBQチキン かぼちゃサラダ みかん	牛乳/お子様せんべい/米/水、鶏がらスープの素、キャベツ、たまねぎ、コーン(冷凍)/鶏もも肉、おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース/かぼちゃ、きゅうり、にんじん、ノンエッグマヨネーズ、砂糖/みかん/牛乳/餃子の皮、ピーマン、コーン(冷凍)、ベーコン、ピザ用チーズ、ケチャップ	牛乳 おせんべい 牛乳 ピザ	438(424) kcal 21.5(20.5) g 11.9(13.0) g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。

3月平均栄養量

518(482) kcal

20.9(19.7) g

14.9(15.7) g

