

倉治こども園 きゅうしょくだより (令和8年3月)

日	メニュー		主な食材		10時間食	3時間食
					乳児のみ	
2月	ワカメ御飯 白身魚フライ・ブロッコリー 切干大根の煮物 味噌汁	米 炊き込みわかめ 白身魚フライ 油 ウスターソース ブロッコリー 切干大根 人参 サラダ油 砂糖 醤油 切り麩 ワカメ だし汁 味噌			牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★オレンジゼリー 粉寒天 砂糖 オレンジジュース
3火	洋風ピラフ 鶏肉の童田焼き ブロッコリーの胡麻和え そうめんのすまし汁	米 錦糸卵 ミックスベジタブル コンソメ 塩 サラダ油 鶏肉 醤油 料理酒 おろし生姜 ブロッコリー 人参 砂糖 醤油 白胡麻 そうめん ネギ だし汁 醤油			牛乳 ふわっと えび味	カルピス ★ひなまつり3色ケーキ カルピス ひなまつり3色ケーキ
4水	御飯 麻婆豆腐 小松菜のナムル 中華スープ	米 豆腐 豚ミンチ 豆ミンチ 玉葱 人参 サラダ油 赤だし味噌 味噌 醤油 みりん 中華スープペースト 片栗粉 小松菜 人参 白胡麻 胡麻油 鶏ガラスープの素 大根 ワカメ 中華スープペースト 醤油			牛乳 かっぱ えびせん	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
5木	御飯 メンチカツ キャベツのゴマ和え 味噌汁	米 メンチカツ 油 トンカツソース キャベツ 人参 砂糖 醤油 白胡麻 きざみあげ もやし だし汁 味噌			牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★クラッカー ルヴァン
6金	御飯 回鍋肉 シュウマイ ワカメスープ ワカメうどん	米 豚コマ キャベツ 人参 サラダ油 赤だし味噌 味噌 砂糖 醤油 料理酒 シュウマイ ポン酢 ワカメ 玉葱 中華スープペースト 醤油 うどん 鶏肉 ワカメ ネギ 人参 だし汁 醤油 みりん サラダ油			牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★パリアパピザ 餃子の皮 ケチャップ ビーマン ツナ缶 シュレッドチーズ
7土	フルーツ	ミカン缶				牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
9月	菜めし サバの塩焼き ブロッコリーのツナ和え 味噌汁	米 菜めし サバ 料理酒 塩 ブロッコリー 人参 ツナ缶 砂糖 醤油 きざみあげ 切り麩 だし汁 味噌			牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★黒糖蒸しパン ホットケーキミックス サラダ油 黒砂糖 砂糖 スキムミルク 牛乳
10火	中華風あんかけ丼 三色ナムル 春雨の中華スープ	米 豚コマ 白菜 人参 玉葱 醤油 中華スープペースト 料理酒 砂糖 塩 胡麻油 片栗粉 ほうれん草 人参 もやし 白胡麻 胡麻油 醤油 砂糖 春雨 ネギ 中華スープペースト 醤油			牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★抹茶ちんすこう 小麦粉 塩 サラダ油 砂糖 抹茶 スキムミルク
11水	御飯 てりやきミートボール マカロニサラダ すまし汁	米 タレ付ミートボール 玉葱 人参 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 マカロニ MV 砂糖 エッグケアマヨネーズ 大根 ワカメ だし汁 醤油			牛乳 ぱりんこ	お茶 ★にゅうめん そうめん 人参 ネギ きざみあげ だし汁 醤油 みりん
12木	ワカメ御飯 鶏肉の唐揚げ ミニナポリタン コンソメスープ	米 炊き込みわかめ 鶏肉 塩 胡椒 おろし生姜 醤油 料理酒 小麦粉 片栗粉 油 スパゲティ あらびきウインナー 玉葱 サラダ油 ケチャップ 胡椒 人参 キャベツ コンソメ 醤油			牛乳 かっぱ えびせん	牛乳 丸ロールパン
13金	御飯 厚揚げの中華炒め 小松菜の中華和え 中華スープ	米 絹厚揚げ 合ミンチ 豆ミンチ 人参 白菜 おろし生姜 胡麻油 中華スープペースト 砂糖 醤油 塩 オイスターソース 小松菜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油 もやし ワカメ 中華スープペースト 醤油			牛乳 ふわっと えび味	牛乳 雪の宿 動物園ゼリー
14土	御飯 鶏五目ラーメン フルーツ	米 中華そば玉 鶏肉 白菜 人参 キャベツ サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープペースト ミカン缶				牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
16月	ゆかり御飯 カレイの西京焼き ほうれん草の胡麻ドレッシング すまし汁	米 ゆかり カレイ 料理酒 みりん 白味噌 砂糖 ほうれん草 人参 胡麻ドレッシング ワカメ 切り麩 だし汁 醤油			牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★ピーチゼリー カップゼリーの素 ピーチ味
17火	豚肉とキャベツの甘辛丼 もやしとワカメのサラダ 味噌汁	米 豚コマ サラダ油 キャベツ 玉葱 人参 砂糖 醤油 みりん 料理酒 おろし生姜 もやし ワカメ 人参 塩 胡麻油 醤油 砂糖 白胡麻 きざみあげ 白菜 だし汁 味噌			牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★小倉トースト 食パン 小倉小豆缶 マーガリン

日	メニュー		主な食材		10時間食	3時間食
					乳児のみ	
18水	御飯 干草卵焼き ちくわの磯辺揚げ すまし汁	米 卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 ネギ 砂糖 醤油 サラダ油 ちくわ 小麦粉 BP 青のり 油 大根 ワカメ だし汁 醤油			牛乳 かっぱ えびせん	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
19木	ウインナーカレーライス キャベツのポン酢和え デザート	米 あらびきウインナー 豚コマ 玉葱 じゃがいも 人参 カレールウ 無塩バター ケチャップ ウスターソース キャベツ 人参 ポン酢 砂糖 白胡麻 動物園ゼリー			牛乳 ふわっと えび味	牛乳 北海道ミルクパン
20金	春分の日					
21土	お茶・焼きそば フルーツ	スパゲティ あらびきウインナー キャベツ 人参 玉葱 サラダ油 焼きそばソース 青のり パイン缶				牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
23月	御飯 アジシソフライ ブロッコリーのフレンチサラダ すまし汁	米 アジシソフライ 油 ウスターソース ブロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクレーミー 砂糖 切り麩 ワカメ だし汁 醤油			牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★メープルホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 スキムミルク メープルシロップ サラダ油
24火	御飯 照り焼きハンバーグ 切干大根の胡麻サラダ 味噌汁	米 ハンバーグ サラダ油 醤油 料理酒 みりん 砂糖 切干大根 ミックスベジタブル 胡麻ドレッシング 白菜 きざみあげ だし汁 味噌			牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★マカロニあべかわ マカロニ きな粉 砂糖 塩
25水	スパゲティナポリタン チンゲンサイの胡麻和え コンソメスープ	米 スパゲティ あらびきウインナー 玉葱 ビーマン サラダ油 ケチャップ 塩 胡椒 チンゲンサイ 人参 白胡麻 砂糖 醤油 もやし キャベツ コンソメ 醤油			牛乳 かっぱ えびせん	お茶 ★ねぎ味噌おやき 米 ネギ 人参 砂糖 味噌 白胡麻 サラダ油
26木	御飯 揚げ餃子・ブロッコリー 春雨の中華和え 中華スープ	米 ギョーザ 油 ポン酢 ブロッコリー 春雨 胡瓜 人参 醤油 砂糖 胡麻油 大根 ワカメ 中華スープペースト 醤油			牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★セサミスコーン ホットケーキミックス 黒胡麻 マーガリン 砂糖 牛乳
27金	ナシゴレン (インドネシア風チャーハン) アチャール マカロニのスープ	米 鶏ミンチ 玉葱 ムキエビ 醤油 ケチャップ おろし生姜 塩 胡椒 胡瓜 人参 赤ビーマン 砂糖 カレー粉 醤油 みりん シェルマカロニ 人参 コンソメ 醤油			牛乳 ふわっと えび味	お茶 ヨーグルト エースコイン
28土	豚肉うどん フルーツ	うどん 豚コマ 玉葱 人参 ワカメ ネギ だし汁 おかつこみ 醤油 みりん 胡麻油 ミカン缶				牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
30月	菜めし カレイの野菜あんかけ 切干大根の煮物 味噌汁	米 菜めし カレイ 料理酒 人参 玉葱 グリーンピース 砂糖 醤油 片栗粉 切干大根 人参 サラダ油 砂糖 醤油 ワカメ きざみあげ だし汁 味噌			牛乳 かっぱ えびせん	牛乳 ★麩のラスク 切り麩 マーガリン グラニュー糖
31火	御飯 春雨入り青椒肉絲 高野豆腐の含め煮 すまし汁	米 豚コマ 料理酒 玉葱 ビーマン 人参 春雨 サラダ油 オイスターソース 砂糖 醤油 片栗粉 胡麻油 高野豆腐 人参 だし汁 砂糖 醤油 切り麩 白菜 だし汁 醤油			牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★ブレーン蒸しパン ホットケーキミックス サラダ油 砂糖 スキムミルク 牛乳

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	524	19.1	19.3	290	1.6
3歳以上児	536	19.4	17.4	223	1.8

※ BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。
 ※ 国産のお米を使用しております。
 ※ だし汁は、だし昆布、だしかつおを使用しています。
 ※ エッグケアマヨネーズは卵不使用のマヨネーズです。

※この値は一月月の平均値です。