

倉治こども園 きゅうしょくだより (令和7年3月)

日	メニュー	主 な 食 材	10時間食 乳児のみ	3 時 間 食
1 土	ワカメラーメン フルーツ	中華そば玉 鶏肉 ワカメ 玉葱 コーン サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープベースト 黄桃缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
3 月	ちらし寿司 鶏肉の竜田焼き ブロッコリー・フレンチサラダ そうめんのすまし汁	米 だし昆布 寿司酢 人 参 醤油 砂糖 錦糸卵 焼ききざみりのり キヌサヤ 桜でんぶ 鶏肉 醤油 料理酒 土生姜 ブロッコリー 人 参 コーン ノンオイルフレンチクリーム 砂糖 そうめん ネギ だし汁 醤油	牛乳 ばりんこ	カルピス ★ひなまつりケーキ カルピス ホットケーキミックス 砂糖 牛乳 マーガリン 卵 食紅 抹茶 ホイップクリーム
4 火	アジフライ キャベツのゴマ和え 味噌汁	アジ 料理酒 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース キャベツ 人 参 砂糖 醤油 白胡麻 ワカメ 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★カントリーマアム風 小麦粉 マーガリン 砂糖 バニラエッセンス
5 水	肉味噌丼 チンゲンサイの和え物 味噌汁	米 鶏ミンチ サラダ油 玉葱 人 参 砂糖 料理酒 醤油 赤だし味噌 味噌 キャベツ チンゲンサイ 人 参 コーン 砂糖 醤油 大根 きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
6 木	御飯 高野豆腐とそぼろの炒め ほうれん草の和え物 すまし汁	米 高野豆腐 鶏ミンチ 人 参 GP 土生姜 だし汁 砂糖 醤油 料理酒 ほうれん草 人 参 砂糖 醤油 もやし 切り麩 だし汁 醤油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★イチゴ蒸しパン ホットケーキミックス スキムミルク 牛乳 砂糖 いちごジャム サラダ油
7 金	御飯 ポークビーンズ ブロッコリーの胡麻和え コンソメスープ	米 水煮大豆 豚肉 玉葱 人 参 GP じゃがいも サラダ油 ダイストマト缶 コンソメ ケチャップ 塩 胡椒 ブロッコリー 人 参 白胡麻 砂糖 醤油 玉葱 人 参 コンソメ 醤油	牛乳 とろべー	お茶 ★お好み焼き 小麦粉 卵 豚肉 キャベツ 長芋 サラダ油 トンカツソース 青のり
8 土	五目うどん フルーツ	うどん 鶏肉 白菜 人 参 きざみあげ ネギ だし汁 醤油 みりん ミカン缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
10 月	御飯 白身魚の照り焼き ほうれん草の胡麻ドレサラダ 味噌汁	米 タラ 料理酒 醤油 砂糖 みりん ほうれん草 人 参 胡麻ドレッシング 白菜 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	お茶 ★ミカンヨーグルト 無糖ヨーグルト ミカン缶 砂糖
11 火	御飯 コロッケ キャベツの和え物 味噌汁	米 野菜コロッケ 油 キャベツ 人 参 もやし 砂糖 醤油 豆腐 きざみあげ だし汁 味噌	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★パウンドケーキ ホットケーキミックス 牛乳 マーガリン 砂糖
12 水	御飯 麻婆豆腐 チンゲンサイのナムル ワカメスープ	米 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人 参 サラダ油 赤だし味噌 味噌 醤油 みりん 中華スープベースト 片栗粉 チンゲンサイ 人 参 白胡麻 塩 胡麻油 ワカメ 玉葱 中華スープベースト 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 雪の宿
13 木	カレーライス・ミニハンバーグ スパゲティサラダ フルーツ	米 豚肉 ハンバーグ 玉葱 じゃがいも 人 参 GP カレールウ 無塩バター ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 スパゲティ 胡瓜 人 参 塩 胡椒 エッグケアマヨネーズ ミカン缶	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★ホットドッグ ロールパン あらびきウィンナー
14 金	御飯 鶏肉の塩だれ炒め もやしの胡麻和え 中華スープ 味噌ラーメン	米 鶏肉 玉葱 キャベツ 料理酒 塩 サラダ油 中華スープベースト 醤油 胡椒 胡麻油 片栗粉 もやし 人 参 醤油 砂糖 白胡麻 ワカメ 大根 中華スープベースト 醤油 中華そば玉 鶏ミンチ 人 参 玉葱 コーン ネギ 胡椒 みりん 味噌 中華スープベースト	牛乳 食べる 煮干し	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
15 土	フルーツ	パイナップル		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ

日	メニュー	主 な 食 材	10時間食 乳児のみ	3 時 間 食
17 月	御飯 カレイのムニエル 春雨サラダ コンソメスープ	米 カレイ 塩 胡椒 小麦粉 マーガリン 春雨 胡瓜 人 参 酢 醤油 砂糖 胡麻油 マカロニ 人 参 コンソメ 醤油 粉パセリ	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★カルピスゼリー 粉寒天 カルピス 砂糖
18 火	御飯 鶏肉の胡麻焼き 小松菜とちくわの和え物 味噌汁	米 鶏肉 土生姜 醤油 サラダ油 砂糖 みりん 片栗粉 白胡麻 小松菜 人 参 ちくわ 醤油 砂糖 キャベツ えのき だし汁 味噌	牛乳 ばりんこ	牛乳 ★ちんすこう 小麦粉 砂糖 塩 サラダ油
19 水	ゆかり御飯 干草卵焼き 大根の煮物 味噌汁	米 ゆかり 卵 鶏ミンチ 玉葱 人 参 ネギ 砂糖 醤油 サラダ油 大根 人 参 コーン 砂糖 醤油 もやし 切り麩 だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 ★きなこバナナ バナナ きな粉 塩 砂糖
20 木	春分の日			
21 金	御飯 揚げ餃子・ブロッコリー さつまいもの甘煮 中華スープ	米 ギョーザ 油 ポン酢 ブロッコリー さつまいも だし汁 砂糖 醤油 みりん ワカメ 玉葱 中華スープベースト 醤油	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★ポップコーン ポップコーンの素 塩 サラダ油
22 土	きつねうどん フルーツ	うどん きざみあげ 鶏肉 砂糖 醤油 玉葱 人 参 ネギ みりん パイナップル		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
24 月	ワカメ御飯 タラの幽庵焼き チンゲンサイのお浸し 味噌汁	米 炊き込みわかめ タラ 醤油 みりん 料理酒 柚子果汁 チンゲンサイ 人 参 醤油 だし汁 砂糖 きざみあげ 白菜 だし汁 味噌	牛乳 ばりんこ	牛乳 ★抹茶蒸しパン 抹茶 ホットケーキミックス スキムミルク 砂糖 サラダ油 牛乳
25 火	御飯 豚肉のソテー 小松菜の胡麻和え 味噌汁	米 豚肉 玉葱 人 参 ビーマン サラダ油 塩 胡椒 砂糖 醤油 コンソメ 小松菜 人 参 白胡麻 砂糖 醤油 切り麩 大根 だし汁 味噌	牛乳 食べる 煮干し	牛乳 ★麩のラスク(ココア) 切り麩 マーガリン グラニュー糖 ココア
26 水	御飯 鶏肉の唐揚げ ひじきとコーンの和え物 味噌汁	米 鶏肉 塩 胡椒 土生姜 醤油 料理酒 小麦粉 片栗粉 油 ひじき 醤油 コーン 人 参 砂糖 豆腐 ワカメ だし汁 味噌	牛乳 ぼたぼた 焼き	牛乳 マリー
27 木	パン ポテトグラタン ブロッコリーのツナ和え コンソメスープ	ロールパン 鶏肉 じゃがいも 玉葱 人 参 小麦粉 無塩バター ホワイトソース コンソメ 塩 胡椒 牛乳 シュレットチーズ パン粉 ブロッコリー 人 参 ツナ缶 砂糖 醤油 玉葱 人 参 コンソメ 醤油 粉パセリ	牛乳 ふわっと えび味	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
28 金	御飯 ミートボールの甘辛あんかけ 切干大根の煮物 すまし汁	米 タレ付ミートボール サラダ油 玉葱 ビーマン 砂糖 醤油 片栗粉 切干大根 人 参 GP サラダ油 砂糖 醤油 えのき じゃがいも ワカメ だし汁 醤油	牛乳 とろべー	お茶 ヨーグルト エースコイン
29 土	醤油ラーメン フルーツ	中華そば玉 豚肉 玉葱 キャベツ 人 参 サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープベースト ミカン缶		牛乳 動物園ゼリー ばりんこ
31 月	御飯 白身魚フライ・ブロッコリー 小松菜のフレンチサラダ コンソメスープ	米 白身魚フライ 油 タルタルソース ブロッコリー 小松菜 人 参 コーン ノンオイルフレンチクリーム 砂糖 マカロニ 人 参 コンソメ 醤油	牛乳 とろべー	牛乳 ★セザミスコーン ホットケーキミックス 黒胡麻 マーガリン 砂糖 牛乳

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル 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。

※この値は一ヶ月の平均値です。

	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	531	18.5	17.7	252	1.8
3歳以上児	533	19.1	16.7	205	1.9