

平成31年

3月のこんだて



ミルキーホーム本八幡きた園

		昼食	材料	10時のおやつ 3時のおやつ
1	金	ごはん 豚肉の香味焼き 野菜のカレー風味炒め スープ 果物	米 豚もも肉 葱 醤油 ごま油 キャベツ もやし 人参 ピーマン カレー粉 食塩 油 豚ひき肉 小松菜 玉葱 木綿豆腐 水 中華だしの素 食塩 果物	牛乳
15				牛乳
29				牛乳寒天(イチゴ)
3才未満児:284kcal				166kcal
2	土	カレーライス キャベツとじゃこの酢あえ バナナ 野菜ジュース	米 豚もも肉 玉葱 人参 油 カレールウ キャベツ 人参 きゅうり しらす干し 酢 砂糖 醤油 果物 野菜ジュース	牛乳
16				牛乳
30				ホットケーキ
3才未満児:394kcal				224kcal
4	月	炊き込みご飯 鶏の照り焼き キャベツの塩漬け 清し汁 果物	米 砂糖 醤油 人参 きのこ 油揚げ 砂糖 醤油 塩 砂糖 鶏もも肉 醤油 生姜 油 みりん キャベツ 人参 塩 豆腐 小松菜 果物	牛乳
4				牛乳
				ヨーグルト&フルーツ
				3才未満児:263kcal
5	火	ピラフ わかめのサラダ スープ 果物	米 人参 玉葱 鶏挽肉 コーン 塩 バター グリンピース わかめ 胡瓜 ブロccoli 油 酢 醤油 玉葱 人参 果物	牛乳
19				牛乳
				和風おにぎり
				3才未満児:295kcal
6	水	ごはん 魚の甘酢ソース 白菜の中華炒め 中華スープ 果物	米 魚 塩 小麦粉 油 酢 ケチャップ 砂糖 みりん 片栗粉 白菜 豚挽肉 きのこ 砂糖 塩 醤油 ごま油 片栗粉 葱 きのこ 果物	牛乳
20				牛乳
				いもち
				3才未満児:296kcal
7	木	ひじきごはん 厚揚げの野菜あんかけ カレー和え 清し汁 果物	米 ひじき 人参 鶏挽肉 砂糖 醤油 生揚げ ピーマン 人参 きのこ みりん 醤油 グリンピース 片栗粉 ブロッコリー カレー粉 醤油 ごま きのこ 万能葱 果物	牛乳
18				牛乳
				スイートポテト
				3才未満児:295kcal
8	金	しょうゆラーメン ブロッコリーの中華和え 果物	中華めん 豚挽肉 玉葱 人参 キャベツ コーン 油 塩 醤油 ごま油 ブロッコリー 人参 塩 砂糖 醤油 酢 果物	牛乳
22				牛乳
				蒸しパン
				3才未満児:304kcal
9	土	鶏肉の照り焼き丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁 果物	米 鶏もも肉 醤油 みりん しょうが 片栗粉 人参 さやえんどう ほうれん草 人参 すりごま 醤油 木綿豆腐 なめこ 葱 かつおだし汁 味噌 果物	牛乳
23				牛乳
				ジャムサンド
				3才未満児:377kcal
11	月	ごはん 魚の味噌焼き ほうれん草のごま和え 味噌汁 果物	米 魚 醤油 生姜 みそ 油 ほうれん草 人参 すりごま 砂糖 醤油 きのこ 長葱 味噌 果物	牛乳
25				牛乳
				どらやき
				3才未満児:270kcal
12	火	ごはん ハンバーグ ブロッコリー 人参甘煮 スープ 果物	米 豚挽肉 高野豆腐 玉葱 人参 牛乳 パン粉 塩 油 ケチャップ ソース ブロッコリー 人参 砂糖 小松菜 きのこ 果物	牛乳
26				牛乳
				カップケーキ
				3才未満児:302kcal
13	水	中華風じゃこごはん もやし炒め トマトサラダ 中華スープ 果物	米 しらす干し 人参 小松菜 ごま油 砂糖 醤油 豚挽肉 もやし 人参 玉葱 きのこ 塩 ごま油 醤油 わかめ トマト 醤油 ごま油 人参 玉葱 果物	牛乳
27				牛乳
				焼きうどん
				3才未満児:255kcal
14	木	三色丼 さつま芋煮 ごまみそ和え 清し汁 果物	米 鶏挽肉 醤油 砂糖 いんげん かつおだし 醤油 人参 さつま芋 砂糖 白菜 人参 味噌 砂糖 すりごま わかめ 万能葱 果物	牛乳
28				牛乳
				洋風おにぎり
				3才未満児:293kcal



☆ 仕入れ食材の都合により献立が変更となる場合があります。ご了承ください。

☆ 塩は食塩を使用します。油は植物油を使用します。

