



給食こんだて表

リョーユー幼稚園
令和 6年 3月

日	曜日	献立名			献立材料名			カロリー 以上児 未満児	
		10時 (未満児 のみ)	12時 副食	3時 おやつ 未満児のみ	血や肉をつくる	力や体温となる	体の調子をよくする		
1	金	牛乳	ちらし寿司 魚の照り焼き スマイルポテト 豆腐の清汁 三色花ゼリー	アップルパイ 牛乳	牛乳 卵 でんぶ 白鮭 木綿豆腐	白米 上白糖 調合油 スマイルポテト 三色花ゼリー アップルパイ	人参 干しいたけ ごぼう さやえんどう 玉ねぎ こねぎ スイートコーン缶	630.00 633.00	
2	土	牛乳	かつ丼 春雨の酢の物 白菜の味噌汁 パナナ	お菓子 牛乳	牛乳 卵 鶏もも肉 豚肉 ロースハム 乾燥わかめ	白米 三温糖 ジャガ芋でん粉 薄力粉 乾燥パン粉 調合油 緑豆はるさめ いりごま 上白糖 お菓子	玉ねぎ 人参 干しいたけ こねぎ きゅうり 白菜 ぶなしめじ パナナ	628.00 560.00	
4	月	牛乳	食パン ハンバーグ チーズサラダ 野菜とウインナースープ りんご	お菓子 牛乳	牛乳 合ひき肉 木綿豆腐 脱脂粉乳 卵 プロセスチーズ ウインナー	食パン 乾燥パン粉 上白糖 調合油 お菓子	人参 玉ねぎ 青ピーマン レタス きゅうり レモン果汁 キャベツ パセリ りんご	493.00 526.00	
5	火	牛乳	ご飯 手作りふりかけ 魚の胡麻焼き カボチャサラダ 麩の清汁 オレンジ	バームクーヘン 牛乳	牛乳 青のり きな粉 まだい ロースハム	白米 いりごま 上白糖 ジャガ芋 竹輪麩 バームクーヘン	日本かぼちゃ きゅうり 人参 パセリ 玉ねぎ えのきたけ こねぎ オレンジ	571.00 523.00	
6	水	牛乳	ご飯 豆腐のつくね団子 切り干し大根煮 厚揚げの味噌汁 パナナ	シュークリーム 牛乳	牛乳 鶏ひき肉 木綿豆腐 脱脂粉乳 卵 鶏もも肉 さつま揚げ 乾燥わかめ	白米 乾燥パン粉 上白糖 調合油 ジャガ芋でん粉 しらたき 三温糖 シュークリーム	玉ねぎ 青ピーマン 切り干し大根 人参 さやいんげん パナナ	458.00 502.00	
7	木	牛乳	<3月誕生献立> 菜の花ごはん 鶏肉の唐揚げ ペンネミートソース和え グリーンサラダ 若布清汁 お祝いゼリー	お菓子 牛乳	牛乳 鶏ひき肉 いり卵 鶏もも肉 合ひき肉 パルメザンチーズ ロースハム 乾燥わかめ	白米 上白糖 ジャガ芋でん粉 調合油 ペンネ いりごま お祝いゼリー お菓子	なばな 玉ねぎ 人参 グリーンピース きゅうり キャベツ 白菜	597.00 537.00	
8	金	お別れ遠足(お家からお弁当を持ってきてください。)							
9	土	牛乳	焼き豚ラーメン 揚げ餃子 チーズ りんご	お菓子 牛乳	牛乳 焼豚 プロセスチーズ	ラーメン麺 いりごま 上白糖 調合油 お菓子	スイートコーン缶 きくらげ もやし 人参 チンゲンサイ こねぎ りんご	374.00 432.00	
11	月	牛乳	ご飯 フライドチキン 野菜のピンスソース 豆腐の味噌汁 パナナ	メロンパン 牛乳	牛乳 鶏もも肉 卵 ロースハム 木綿豆腐 乾燥わかめ	白米 上白糖 ジャガ芋でん粉 薄力粉 調合油 メロンパン	にんにく しょうが キャベツ きゅうり 人参 パイン缶詰 玉ねぎ パナナ	550.00 571.00	
12	火	牛乳	ご飯 手作りふりかけ 魚の味噌焼き ポテトサラダ 白菜の清汁 りんご	お菓子 牛乳	牛乳 かたくちいわし 炊き込みわかめ きな粉 まだい ロースハム 卵	白米 いりごま 上白糖 調合油 ジャガ芋 お菓子	人参 きゅうり 白菜 玉ねぎ こねぎ りんご	548.00 497.00	
13	水	牛乳	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 和風サラダ 豚汁 パナナ	プチポンデ 牛乳	牛乳 鶏もも肉 焼きちくわ 豚肉 生揚げ	白米 いりごま 上白糖 ごま油 調合油 むき里芋 プチポンデ	マーマレード きゅうり キャベツ 人参 そぎごぼう 玉ねぎ ぶなしめじ ブラックマツペもやし パナナ	515.00 566.00	
14	木	牛乳	ロールパン 魚のピカタ ゴボウサラダ 春雨スープ オレンジ	お菓子 牛乳	牛乳 白鮭 卵 鶏もも肉 ツナ	ロールパン 上白糖 いりごま 調合油 緑豆はるさめ お菓子	せんざりごぼう 人参 きゅうり 玉ねぎ こねぎ オレンジ	466.00 440.00	
15	金	牛乳	ご飯 ハンバーグカレー コールスロー フルーツヨーグルト	ココアワッフル 牛乳	牛乳 牛ひき肉 脱脂粉乳 ヨーグルト	白米 調合油 上白糖 ココアワッフル	玉ねぎ 人参 青ピーマン りんご パイン缶詰 キャベツ きゅうり もも缶 パイン缶 みかん缶 パナナ	670.00 676.00	

16	土	牛乳	牛丼 春雨サラダ チーズ キャベツの清汁 りんご	お菓子 牛乳	牛乳 牛肉 ロースハム 卵 プロセスチーズ 木綿豆腐 乾燥わかめ	白米 上白糖 緑豆はるさめ いりごま お菓子	そぎごぼう 玉ねぎ 人参 葉ねぎ しょうが きゅうり 日本かぼちゃ キャベツ りんご	508.00 529.00	
18	月	牛乳	ご飯 鶏肉の香味焼き 肉じゃが かきたま汁 オレンジ	プチシュー 牛乳	牛乳 鶏もも肉 牛肉 卵	白米 上白糖 いりごま じゃが芋 しらたき 調合油 プチシュー	玉ねぎ にんにく こねぎ 人参 グリーンピース えのきたけ オレンジ	453.00 465.00	
19	火	牛乳	ご飯 手作りふりかけ 魚の竜田揚げ チャプチェ風 じゃが芋の味噌汁 りんご	お菓子 牛乳	牛乳 かたくちいわし きな粉 まだい 牛肉 蒸しかまぼこ 卵 乾燥わかめ	白米 いりごま 上白糖 調合油 じゃが芋でん粉 緑豆はるさめ ごま油 じゃが芋 お菓子	ゆかり しょうが 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ さやいんげん りんご	630.00 580.00	
20	水	春分の日							
21	木	牛乳	ご飯 鶏肉の味噌焼き キャベツの卵とじ 大根の味噌汁 パナナ	お菓子 牛乳	牛乳 鶏もも肉 ベーコン 卵 生揚げ	白米 上白糖 調合油 お菓子	にんにく キャベツ 玉ねぎ 人参 青ピーマン 大根 こねぎ パナナ	541.00 509.00	
22	金	牛乳	ロールパン あじナゲット (未満児) 魚の唐揚げ 野菜のオーロラソース クリームシチュー オレンジ	プリン 牛乳	牛乳 あじナゲット まだい ロースハム 鶏もも肉 脱脂粉乳	ロールパン 白米 じゃが芋でん粉 調合油 じゃが芋 プリン	キャベツ きゅうり ブロッコリー 人参 玉ねぎ スイートコーン缶 グリーンピース オレンジ	591.00 634.00	
23	土	牛乳	若布うどん 芋の天ぷら チーズ りんご	お菓子 牛乳	牛乳 乾燥わかめ 油揚げ 蒸しかまぼこ 卵 プロセスチーズ	うどん麺 上白糖 調合油 さつまいも 薄力粉 お菓子	人参 玉ねぎ しいたけ こねぎ りんご	326.00 397.00	
25	月	牛乳	ご飯 竹輪の磯辺揚げ スパゲ ティサラダ 若布の味噌汁 パ ナナ	芋あんデニッシュ 牛乳	牛乳 焼きちくわ 卵 青のり ロースハム 乾燥わかめ 木綿豆腐	白米 薄力粉 上白糖 調合油 スパゲティ麺 芋あんデニッシュ	人参 きゅうり こねぎ パナナ	568.00 590.00	
26	火	牛乳	ご飯 手作りふりかけ 卵の中華あんかけ 焼豚サラダ きのこの清汁 オレンジ	お菓子 牛乳	牛乳 青のり かたくちいわし きな粉 卵 豚ひき肉 焼豚	白米 いりごま 上白糖 緑豆はるさめ ごま油 じゃが芋でん粉 お菓子	こねぎ 人参 しょうが 緑豆もやし キャベツ きゅうり えのきたけ スイートコーン缶 ぶなしめじ 玉ねぎ オレンジ	458.00 432.00	
27	水	牛乳	ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 牛肉の卵とじ 麩の味噌汁 りんご	ピザ風トースト 牛乳	牛乳 鶏もも肉 卵 牛もも肉 乾燥わかめ ベーコン	白米 上白糖 竹輪麩 食パン 調合油	玉ねぎ 人参 小松菜 こねぎ りんご 青ピーマン	499.00 488.00	
28	木	牛乳	ご飯 ビーフン炒め 親子汁 ゴボウとすり身の揚げ団子 バナナ	お菓子 牛乳	牛乳 白すり身 木綿豆腐 はんぺん 卵 豚肉 鶏もも肉 蒸しかまぼこ	白米 乾燥パン粉 三温糖 調合油 ビーフン じゃが芋でん粉 お菓子	玉ねぎ そぎごぼう しそ キャベツ 人参 にら こねぎ バナナ	530.00 498.00	
29	金	牛乳	食パン 大豆とコーンのサラダ ミートボールケチャップ 野菜スープ オレンジ	ヨーグルト 牛乳	牛乳 ゆで大豆 ロースハム ベーコン ヨーグルト 冷凍ミートボール	食パン 上白糖	人参 スイートコーン缶 きゅうり キャベツ もやし こねぎ オレンジ	443.00 468.00	
30	土	牛乳	ハヤシライス ツナサラダ りんご	お菓子 牛乳	牛乳 牛肉 脱脂粉乳 ツナ缶	白米 調合油 お菓子	玉ねぎ 人参 青ピーマン きゅうり キャベツ りんご	527.00 528.00	

