令和4年度

3 月 予 定 献 立 表（ み か ん ・ さ く ら ん ぼ 組 ）

社会福祉法人 イエス団 一麦保育園

日	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
献立名	・ごはん ・豚そぼろ ・豆腐みそ煮込み ・さつまいも	・ごはん ・鮭の照り焼き ・野菜和風煮 ・南瓜	・ごはん　★ ・コロッケ ・コーンクリーム煮 ・さつまいも	・ごはん ・豚そぼろ ・和だし煮 ・さつまいも	・ごはん ・鶏そぼろ ・カレー煮込み ・南瓜	・ごはん ・カレイの西京焼き ・豆腐野菜煮込み ・さつまいも	・ごはん ・豚そぼろ ・鳥ガラスープ煮 ・さつまいも	・ごはん ・鮭のバター醤油焼き ・味噌煮込み ・南瓜	・ごはん ・鶏そぼろ ・ごま入り野菜あん ・さつまいも	・ごはん ・肉そぼろ ・コンソメ煮込み ・南瓜	・ごはん ・牛そぼろ ・しょうゆコンソメ煮 ・さつまいも	・ごはん　★ ・チーズハンバーグ ・野菜スープ煮 ・南瓜	・ごはん ・カラスガレイの塩焼き ・豆腐入り味噌煮 ・南瓜	・ごはん ・スパニッシュオムレツ （ア）豚肉つくね ・コンソメ風味煮 ・さつまいも	・ごはん ・鶏そぼろ ・コーンクリーム煮 ・さつまいも
材料名および数量（g）	米 36 豚ミンチ 15 木綿豆腐 15 にんじん 20 たまねぎ 20 こまつな 12 はくさい 15 じゃがいも 25 混合削り節 0.9 味噌 8 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 紅さけ 45 しょうが 0.45 こいくちしょうゆ 2.7 本みりん 2.15 酒 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 本みりん 0.54 三温糖 0.63 冷凍さといも 25 厚揚げ 5 だいこん 20 にんじん 20 たまねぎ 20 葉ねぎ 7 混合削り節 0.9 三温糖 3 こいくちしょうゆ 5 食塩 0.2 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 合挽きミンチ 13.5 じゃがいも 45 たまねぎ 9 にんじん 4.5 塩・こしょう 0.09 薄力粉 3.15 鶏卵（ア） 4.5 牛乳（ア）豆乳 2.25 パン粉 6.3 なたね油 4.5 とんかつソース 7 クリームコーン缶 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 キャベツ 15 本しめじ 9 にんじん 20 パセリ 0.1 コンソメ 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 だいこん 15 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 にんじん 20 油揚げ 2 葉ねぎ 5 混合削り節 0.9 本みりん 1 三温糖 2 食塩 0.2 こいくちしょうゆ 5 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 鶏ミンチ 15 キャベツ 15 たまねぎ 20 じゃがいも 25 にんじん 15 本しめじ 9 コーン缶 4.5 チンゲンサイ 12 コンソメ 1 カレー粉 0.2 こいくちしょうゆ 1.3 トマトケチャップ 10 とんかつソース 2 三温糖 2 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 カラスガレイ 45 米みそ 13.5 酒 2.25 本みりん 1.35 三温糖 0.45 木綿豆腐 15 にんじん 20 たまねぎ 20 ほうれんそう 10.8 じゃがいも 25 はくさい 15 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 5 三温糖 3 食塩 0.2 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 もやし 12 キャベツ 12 だいこん 15 にんじん 20 たまねぎ 20 かぼちゃ 25 鳥がら 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 紅さけ 45 こいくちしょうゆ 1.8 本みりん 1.8 バター 1.8 しらたき 7 たまねぎ 20 にんじん 20 生ししいたけ 6 冷凍さといも 25 だいこん 12 はくさい 12 混合削り節 0.9 味噌 8 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 鶏ミンチ 15 キャベツ 15 もやし 15 こまつな 10.8 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 いりごま 1.3 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 5 三温糖 3 食塩 0.2 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 合挽きミンチ 15 たまねぎ 20 にんじん 20 キャベツ 15 ピーマン 10 じゃがいも 25 コンソメ 1 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 牛ミンチ 15 キャベツ 15 にんじん 20 たまねぎ 20 かぼちゃ 25 ピーマン 10 コーン缶 4 こいくちしょうゆ 2 コンソメ 1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 合挽きミンチ 36 たまねぎ 22.5 にんじん 4.5 鶏卵（ア） 5 パン粉 1.3 牛乳（ア）豆乳 2.9 塩・こしょう 0.1 コーン缶 4 プロセスチーズ 4.05 とんかつソース 3.6 トマトケチャップ 3.6 じゃがいも 25 にんじん 20 キャベツ 15 たまねぎ 20 だいこん 12 葉ねぎ 9 コンソメ 0.8 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 カラスガレイ 45 塩・こしょう 0.1 薄力粉 4.5 はるさめ 5 たまねぎ 20 はくさい 15 にんじん 20 さつまいも 25 木綿豆腐 15 チンゲンサイ 12 混合削り節 0.9 味噌 6 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 ウインナーソーセージ 9 たまねぎ 18 にんじん 9 かぼちゃ 9 グリンピース缶 1.8 プロセスチーズ 5.4 鶏卵 36 塩・こしょう 0.09 コンソメ 0.9 トマトケチャップ 6.3 にんじん 20 たまねぎ 20 キャベツ 15 だいこん 12 じゃがいも 25 こまつな 10.8 コンソメ 0.9 食塩 0.09 さつまいも 20 （ア）豚ミンチ 13.5 豆腐 22.5 たまねぎ 18 にんじん 4.5 パン粉 2.2 しょうゆ 0.9 三温糖 0.9 トマトケチャップ 4.5	米 36 鶏ミンチ 15 じゃがいも 25 ブロッコリー 8 にんじん 20 かぶ 20 キャベツ 15 たまねぎ 20 クリームコーン缶 25 コーン缶 4.5 コンソメ 1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2
おやつ	バターリッチ （ア）豆乳リッチ オレンジ・牛乳	おこのみやき りんご 牛乳	ピーチケーキ オレンジ 牛乳	おかし バナナ 牛乳	ホットケーキ りんご 牛乳	小麦まんじゅう バナナ 牛乳	たぬきおにぎり りんご 牛乳	変わりラスク オレンジ 牛乳	スノークッキー りんご 牛乳	おかし バナナ 牛乳	バターケーキ （ア）豆乳ケーキ オレンジ・牛乳	ウインナードーナツ りんご 牛乳	スイートポテト オレンジ 牛乳	じゃこ青菜おにぎり いちご 牛乳	麩のラスク オレンジ 牛乳
エネルギー	486	515	627	458	448	552	515	488	498	425	472	584	514	570	472
たんぱく質	17.3	26.4	18.1	14.6	14.6	23.6	16.1	24.2	14	13.6	14.7	22.1	21.6	20.9	15.3

日	18日(土)	20日(月)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
献立名	卒園式	・ごはん ・肉そぼろ ・鶏ガラスープ煮 ・南瓜	・ごはん ・豚そぼろ ・大豆トマトあん ・さつまいも	・ごはん ・ｶﾗｽｶﾞﾚｲの塩焼き ・和だし煮込み ・さつまいも	・ごはん ・鶏そぼろ ・野菜のトマト煮 ・南瓜	・ごはん ・鮭の塩焼き ・野菜コンソメ煮 ・南瓜	・ごはん ・牛そぼろ ・コーンクリーム煮 ・さつまいも	・ごはん ・魚フライ ・春雨と野菜煮込み ・南瓜	・ごはん ・豚そぼろ ・豆腐の中華煮風 ・さつまいも	・ごはん ・牛そぼろ ・トマト煮込み ・さつまいも	お弁当デー
材料名および数量（g）		米 36 合挽きミンチ 15 さつまいも 25 にんじん 20 キャベツ 15 たまねぎ 20 コーン缶 10 ピーマン 9 鳥がら 0.9 食塩 0.09 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 じゃがいも 25 たまねぎ 20 ホールトマト 20 かぶ 15 だいず 15 キャベツ 15 にんじん 20 ブロッコリー 8 コーン缶 4.5 コンソメ 0.5 三温糖 0.5 トマトケチャップ 5 とんかつソース 2 こいくちしょうゆ 1 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 カラスガレイ 45 薄力粉 4.5 塩・こしょう 0.09 キャベツ 15 たまねぎ 20 にんじん 20 本しめじ 9 えのきたけ 9 さやいんげん 5 かぼちゃ 25 混合削り節 0.9 三温糖 3 食塩 0.2 こいくちしょうゆ 5 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 鶏ミンチ 15 さつまいも 25 キャベツ 15 にんじん 20 たまねぎ 20 ピーマン 9 もやし 10 ホールトマト 15 コンソメ 1.3 食塩 0.1 三温糖 1.8 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 紅さけ 45 塩・こしょう 0.1 上新粉 4 じゃがいも 25 たまねぎ 20 コーン缶 5 ほうれんそう 12 にんじん 20 コンソメ 1 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 牛ミンチ 15 じゃがいも 25 にんじん 20 たまねぎ 20 ごぼう 10 さやいんげん 9 キャベツ 15 クリームコーン缶 20 コンソメ 0.9 食塩 0.09 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 カラスガレイ 45 食塩 0.09 こしょう 0.09 薄力粉 4.05 パン粉 9 鶏卵（ア） 6.3 牛乳（ア）豆乳 4.05 なたね油 3.15 はるさめ 5 たまねぎ 20 キャベツ 15 にんじん 20 じゃがいも 25 木綿豆腐 15 パセリ 0.1 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 5 三温糖 3 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 木綿豆腐 15 にんじん 20 チンゲンサイ 15 じゃがいも 25 たまねぎ 20 鳥がら 0.9 こいくちしょうゆ 1.8 三温糖 0.9 食塩 0.09 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 牛ミンチ 15 かぼちゃ 25 はくさい 15 にんじん 20 たまねぎ 20 ピーマン 9 コーン缶 4.5 ホールトマト 15 コンソメ 1.3 食塩 0.1 三温糖 1.8 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	
おやつ		じゃが餅 りんご 牛乳	蒸しパン オレンジ 牛乳	人参マフィン バナナ 牛乳	食パンラスク りんご 牛乳	おかし バナナ 牛乳	ツナマヨパン りんご 牛乳	いもまんじゅう オレンジ 牛乳	豆乳ホットケーキ バナナ 牛乳	わかめおにぎり りんご 牛乳	おかし 牛乳
エネルギー		437	524	538	460	464	500	617	452	486	192
たんぱく質		13.4	20.6	23.1	14.8	21.2	17.3	25.3	15	14.3	6.2

【3がつのぎょうじしょく】

★　3にち（きんようび）　おたんじょうびかい
★14にち（かようび）　おわかれかい

【てづくりおやつのざいりょう】

○　1日（水）　強力粉、薄力粉、ﾄﾞﾗｲｲｰｽﾄ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ、塩
（ア）強力粉、薄力粉、ﾄﾞﾗｲｲｰｽﾄ、三温糖、豆乳、塩、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○　2日（木）　豚バラ肉、天かす、キャベツ、青ねぎ、薄力粉
ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、お好み焼きソース、マヨネーズ、青のり、粉かつお
（ア）上記より卵除去、マヨドレ使用
○　3日（金）　薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、ﾊﾞﾀｰ、黄桃缶
（ア）薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、豆乳、黄桃缶
○　6日（月）　薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
（ア）薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、豆乳、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○　7日（火）　薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、水、南瓜
○　8日（水）　米、天かす、青のり、しょうゆ、三温糖、みりん、だし汁
○　9日（木）　食パン、マヨネーズ、パセリ　**／／（ア）食パン、マヨドレ、パセリ**
○ 10日（金）　薄力粉、コーンスターチ、粉糖、バター、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○13日（月）　薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、ﾊﾞﾀｰ
（ア）薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、豆乳、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○14日（火）　薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ｳｲﾝﾅｰ、なたね油
（ア）薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、豆乳、（卵・乳除去）ｳｲﾝﾅｰ、なたね油
○15日（水）　さつまいも、バター、生クリーム、三温糖、卵黄、みりん
（ア）さつまいも、バター、生クリーム、三温糖
○16日（木）　米、青菜ふりかけ、しらす干し
○17日（金）　焼き麩、グラニュー糖、バター
○20日（月）　じゃがいも、バター、三温糖、片栗粉、しょうゆ、みりん
○22日（水）　薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ
（ア）薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、豆乳、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○23日（木）　人参、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ
（ア）人参、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、豆乳、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○24日（金）　食パン、バター、ｸﾞﾗﾆｭｰ糖
○27日（月）　ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ、卵、牛乳、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ
（ア）（卵・乳除去）ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ、豆乳、ツナ缶、コーン缶、マヨドレ
○28日（火）　さつまいも、薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、水
○29日（水）　薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、豆乳、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○30日（木）　米、わかめふりかけ