2021年度

3月 献 立 表

うめはなキッズYPC保育園
武庫之荘駅前

		給食	おやつ	材料
1	月	ごはん コロッケ ブロッコリーのおかか和え すまし汁	牛乳 おにぎり	精白米 じゃが芋 牛肉ミンチ たまねぎ サラダ油 食塩 小麦粉 卵 パン粉 トマトケチャップ ウスターソース 砂糖 みりん ブロッコリー 濃口しょうゆ 花かつお 削り節 出し昆布 湯葉 にんじん えのきだけ みつば しょうゆ（淡） 牛乳
2	火	ごはん サケの塩焼き 高野豆腐のごま和え 青のりポテト みそ汁	牛乳 かぼちゃのクリームサンド	精白米 サケ 食塩 高野豆腐 はくさい にんじん 白ごま 濃口しょうゆ 砂糖 米酢 ごま油 じゃがいも 青のり たまねぎ かぼちゃ 青葱 味噌 削り節 出し昆布 牛乳 食パン かぼちゃ 上新粉 豆乳
3	水	ひな祭りおにぎり てりやきチキン きんぴらごぼう すまし汁 いちご	牛乳 ひなあられ 蒸しパン 	精白米 鮭フレーク わかめふりかけ 味付けのり 鶏もも肉 料理酒 砂糖 みりん 濃口しょうゆ ごぼう にんじん ピーマン 干ししいたけ 糸こんにゃく サラダ油 白ごま 木綿豆腐 青葱 薄口しょうゆ 食塩 削り節 出し昆布 いちご 牛乳 蒸しパンミックス
4	木	ごはん 白身魚のみそ煮 ほうれん草のおひたし すまし汁	牛乳 いちごの蒸しパン	精白米 カラスカレイ しょうが 味噌 砂糖 みりん 濃口しょうゆ ほうれん草 削り節 出し昆布 たまねぎ だいこん にんじん わかめ（乾） みつば しょうゆ（淡） 塩 牛乳 蒸しパンミックス スキムミルク いちごジャム
5	金	ピラフ 肉団子の白菜スープ りんご	牛乳 おじや	精白米 シーチキン たまねぎ ミックスベジタブル 鶏がらスープの素 薄口しょうゆ 豚ミンチ 青葱 料理酒 食塩 片栗粉 はくさい にんじん こまつな はるさめ みりん りんご 牛乳
8	月	ごはん タラの磯部焼き もやしのカレーソテー きゃべつの浅漬け みそ汁	牛乳 おかし	精白米 タラ 料理酒 みりん 濃口しょうゆ 青のり 上新粉 もやし にんじん ピーマン サラダ油 カレー粉 キャベツ 米酢 砂糖 こまつな うす揚げ 味噌 出し昆布 削り節 牛乳
9	火	わかめうどん じゃが芋のそぼろ煮 オレンジ	牛乳 チーズケーキ	うどん わかめ（乾） にんじん かまぼこ 干ししいたけ ねぎ 食塩 しょうゆ（淡） 濃口しょうゆ みりん 削り節 出し昆布 じゃが芋 鶏肉ミンチ グリンピース 砂糖 サラダ油 片栗粉 牛乳 クリームチーズ ヨーグルト 卵 小麦粉 レモン
10	水	ごはん アスパラと牛肉の炒め物 ゆで野菜 みそ汁 いちご	牛乳 おやつ	精白米 牛肉 グリーンアスパラガス たまねぎ 濃口しょうゆ 砂糖 片栗粉 ごま油 ブロッコリー 白菜 えのきたけ ちくわ ねぎ わかめ（乾） 味噌 削り節 出し昆布 いちご 牛乳
11	木	ごはん サケのあかね焼き ほうれん草のおかか和え レタスのスープ	牛乳 てりやきまん	精白米 サケ しょうが 料理酒 トマトケチャップ みりん しょうゆ（淡） 砂糖 ほうれん草 花かつお 濃口しょうゆ 削り節 出し昆布 レタス たまねぎ にんじん エリンギ 塩 固形ブイヨン 牛乳 ホットケーキミックス 鶏肉ミンチ サラダ油 酢 片栗粉
12	金	ごはん 鶏肉の梅焼き ポテトサラダ すまし汁 オレンジ	牛乳 おじや	精白米 鶏もも肉 梅干し 味噌 みりん 砂糖 じゃがいも キャベツ きゅうり にんじん 米酢 マヨドレ 食塩 こしょう えのき みつば 薄口しょうゆ 削り節 出し昆布 オレンジ 牛乳
15	月	ロールパン カリフラワーのシチュー レタスとじゃこのサラダ みかん	牛乳 おにぎり	ロールパン たまねぎ 鶏肉 カリフラワー にんじん トウモロコシ（クリーム缶） パセリ（乾） バター 牛乳 固形ブイヨン 食塩 ベシャメルソース レタス きゅうり しらす干し 酢 砂糖 しょうゆ（淡） ごま油 精白米
16	火	ごはん カレイの照り焼き 酢みそ和え かぼちゃのソテー すまし汁	お茶 フルーツヨーグルト	精白米 カラスカレイ みりん 濃口しょうゆ シーチキン にんじん キャベツ 味噌 砂糖 米酢 かぼちゃ 木綿豆腐 青葱 薄口しょうゆ 食塩 削り節 出し昆布 牛乳 ヨーグルト みかん缶 パイン缶
17	水	ごはん 豚肉のりんごソース煮 もやしのおかか和え トマト すまし汁	牛乳 おやつ	精白米 豚肉 たまねぎ りんご しょうが 料理酒 濃口しょうゆ 味噌 もやし にんじん かつお節 みりん トマト えのき みつば 薄口しょうゆ 食塩 削り節 出し昆布 牛乳
18	木	ごはん サケの野菜あんかけ みそ汁 いちご	牛乳 ココア入りおからケーキ	精白米 サケ 食塩 料理酒 片栗粉 サラダ油 えのきたけ ブロッコリー たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ(淡) みりん 削り節 出し昆布 かぼちゃ だいこん みずな ちくわ ねぎ 味噌 いちご おから 卵 バター ココア ベーキングパウダー バニラエッセンス 牛乳
19	金	カレーライス フルーツサラダ キャンディチーズ	牛乳 おじや	精白米 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ピーマン カレールウ ウスターソース 濃口しょうゆ 鶏がらスープの素 パイン缶 みかん缶 キャベツ きゅうり 米酢 砂糖 サラダ油 キャンディチーズ 牛乳 米粉 ベーキングパウダー 砂糖 きな粉
22	月	ごはん タラの甘辛揚げ 大根のナムル ブロッコリーのゆかり和え すまし汁	牛乳 おにぎり	精白米 タラ 片栗粉 サラダ油 しょうが 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 白ごま だいこん にんじん こまつな 米酢 ごま油 ブロッコリー ゆかり えのき みつば 薄口しょうゆ 食塩 削り節 出し昆布 牛乳
23	火	ごはん 唐揚げ 切干大根とツナのサラダ ブロッコリーのかつお和え みそ汁	牛乳 米粉のきな粉蒸しパン	精白米 鶏もも肉 しょうが にんにく 食塩 こしょう 濃口しょうゆ みりん 片栗粉 サラダ油 切干しだいこん きゅうり にんじん シーチキン 米酢 砂糖 ごま油 ブロッコリー かつお節 こまつな うす揚げ 味噌 出し昆布 削り節 牛乳
24	水	ごはん サケの塩焼き ごもく煮豆 みそ汁 みかん	牛乳 おやつ	精白米 サケ レモン 食塩 れんこん にんじん 大豆（水煮） こんにゃく さやいんげん 濃口しょうゆ しょうゆ（淡） 砂糖 みりん 料理酒 削り節 出し昆布 大根 たまねぎ なめこ わかめ（乾） ねぎ 味噌 みかん 牛乳
25	木	ごはん 豚肉のしょうが焼き コーンサラダ 昆布のおかか煮 みそ汁	牛乳 スイートポテト	精白米 豚肉 しょうが たまねぎ ピーマン サラダ油 料理酒 みりん 濃口しょうゆ キャベツ コーン にんじん 砂糖 食塩 米酢 出し昆布 削り節 わかめ 青葱 味噌 牛乳 さつまいも マーガリン 砂糖
26	金	ごはん 煮魚 にんじんと大根のしりしり みそ汁 りんご	牛乳 おじや	精白米 カラスカレイ 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 にんじん だいこん ツナ（水煮） ごま ごま油 削り節 出し昆布 はくさい たまねぎ しいたけ わかめ（乾） 味噌 りんご 牛乳
29	月	ごはん サケのマヨネーズ焼き 粉ふき芋 もずくスープ オレンジ	牛乳 おにぎり	精白米 さけ 塩 料理酒 たまねぎ マヨネーズ しょうゆ（淡） 青のり じゃが芋 絹豆腐 レタス もずく にんじん しょうが 鶏がらスープ 片栗粉 オレンジ 牛乳
30	火	ふりかけごはん ハンバーグ ひじきとちくわのカレー炒め みそ汁 バナナ	牛乳 ホットケーキ	精白米 ふりかけ 合ミンチ たまねぎ ピーマン じゃがいも 木綿豆腐 食塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース ひじき 竹輪 にんじん 砂糖 濃口しょうゆ みりん サラダ油 カレー粉 だいこん 青葱 みそ 削り節 出し昆布 バナナ 牛乳 ホットケーキミックス 卵 ホイップクリーム
31	水	ごはん カレーシチュー 春野菜サラダ いちご	牛乳 おやつ	精白米 牛肉 じゃが芋 たまねぎ にんじん サラダ油 カレールウ 牛乳 固形ブイヨン 春キャベツ グリーンアスパラガス トウモロコシ（ホール缶） りんご酢 砂糖 塩 しょうゆ（淡） いちご