3月 3歳未満 アレルギー対応献立 月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日 日付 1日 2日 3⊟ 4⊟ 5日 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 午前おやつ 牛乳 ゆかりごはん てまりずし 中華丼 ごはん ごはん 鶏の照り焼き かじきのムニエル(米粉) 鶏もものマヨドレ焼き 煮奴 豚と竹輪の炒め物 きゅうりとにんじんのわかめ和えさつまいもとにんじんの金平 チンゲン菜のナムル かぶのなめこ和え 昼食 |もやしとパプリカの甘酢和え みそ汁(さつまいも・にんじん) みそ汁(かぶ・なす) 中華スープ(だいこん・わかめ) みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) みそ汁(かぼちゃ・はくさい) マスカットゼリー いちご オレンジ 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 午後おやつ フレンチパン(豆乳) 3色じゃがもち マカロニきなこ(米粉) ツナとにんじんのお焼き おから蒸しパン(米粉) 512 kcal 365 kcal カロリー 446 kcal 410 kcal 455 kcal 10日 11日 12日 7日 8日 9日 日付 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 午前おやつ牛乳 菜めしごはん ごはん ごはん ごはん カレーライス(米粉) ごはん 鶏肉のマーマーレード焼き 鮭の野菜あんかけ 3色マリネ さばのパン粉焼き(米粉) 豚のしょうが焼き 鶏団子のケチャップがけ ハム入り春雨炒め キャベツの納豆和え すまし汁(豆腐・チンゲン菜) かぼちゃとにんじんのレモンソテー こまつなともやしの和え物 かぼちゃサラダ 昼食 |みそ汁(えのきたけ・葉ねぎ) |みそ汁(じゃがいも・ごぼう) バナナ かぶのポタージュ みそ汁(キャベツ・にんじん) すまし汁(もやし・わかめ) しらぬい 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 午後おやつ きな粉クッキー(米粉) きつねにぎり 手作り揚げパン(米粉) みたらしボール コーンうどん(米粉) カラフルゼリー Oisixお野菜せんべい 537 kcal 438 kcal 470 kcal 476 kcal カロリー 482 kcal 591 kcal 日付 14日 15日 16日 17日 18日 19日 午前おやつ 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 中華丼 ごはん ごはん ゆかりごはん ごはん ナポリタン(米粉) かれいの煮つけ かじきのムニエル(米粉) ポテトサラダ(マヨドレ) 煮奴 豚と竹輪の炒め物 鶏のから揚げ 切干サラダ(にんじん・キャベツ) もやしとパプリカの甘酢和え |きゅうりとにんじんのわかめ和オコンソメスープ(ねぎ・キャベツ) チンゲン菜のナムル かぶのなめこ和え 昼食 みそ汁(玉ねぎ・ごぼう) みそ汁(さつまいも・にんじん) みそ汁(かぼちゃ・はくさい) バナナ 中華スープ(だいこん・わかめ) みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) オレンジ マスカットゼリー 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 午後おやつ スイートポテト(豆乳) ピザ風パン おから蒸しパン(米粉) あんこおはぎ マカロニきなこ(米粉) ツナとにんじんのお焼き 387 kcal 410 kcal 482 kcal 365 kcal カロリー 424 kcal 455 kcal 21日 22日 23日 24日 25日 26日 日付 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 午前おやつ 牛乳 ごはん ピラフ ごはん ごはん カレーライス(米粉) さばのパン粉焼き(米粉) 鶏団子のケチャップがけ 鮭の野菜あんかけ 3色マリネ キャベツ入りコロッケ(米粉) すまし汁(豆腐・チンゲン菜) かぼちゃとにんじんのレモンソテー ブロッコリーとにんじんのサラダ(マヨド かぼちゃサラダ 昼食 キャベツの納豆和え |みそ汁(じゃがいも・ごぼう) バナナ かぶのポタージュ コンソメスープ(だいこん・こまつな) すまし汁(もやし・わかめ) 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳. 午後おやつ コーンうどん(米粉) カラフルゼリー きつねにぎり |ジャムクッキー(いちご)(米粉) みたらしボール Oisixお野菜せんべい カロリー 438 kcal 482 kcal 470 kcal 571 kcal 476 kcal 日付 28日 29日 30日 31日 牛乳 牛乳. 午前おやつ牛乳 ナポリタン(米粉) ごはん ゆかりごはん ごはん 鶏のから揚げ かじきのムニエル(米粉) ポテトサラダ(マヨドレ) かれいの煮つけ |切干サラダ(にんじん・キャベツ)|もやしとパプリカの甘酢和え |きゅうりとにんじんのわかめ和オコンソメスープ(ねぎ・キャベツ) 昼食 みそ汁(玉ねぎ・ごぼう) みそ汁(さつまいも・にんじん) みそ汁(かぼちゃ・はくさい) バナナ マスカットゼリー 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 午後おやつ スイートポテト(豆乳) ピザ風パン あんこおはぎ おから蒸しパン(米粉)

387 kcal

424 kcal

410 kcal

482 kcal

カロリー