



Menu 2022.03.01-15 Ayame nursery school

| 日 | 曜 | 副 食 | 食 材 | お や つ | |
|----|---|---|--|----------------|--------------------|
| | | | | 10時(未満児) | 3時(共通) |
| 1 | 火 | 千草焼き トマトのサラダ 枝豆 油揚げのみそ汁 | 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、乾しいたけ、たけのこ、グリーンピース、卵、だし汁、料理酒、しょうゆ、みりん風調味料、サラダ油、トマト、にんじん、きゅうり、黄ピーマン、和風ドレッシング、えだまめ、油揚げ、えのきたけ、たまねぎ、わかめ、じゃがいも、麦みそ、煮干し、ほうれんそう | 牛乳 キウイ | 牛乳 コーンフレーククッキー |
| 2 | 水 | 肉じゃが さつま芋の天ぷら チーズ 小松菜の味噌汁 | 豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しらたき、グリーンピース、三温糖、しょうゆ、サラダ油、さつまいも、天ぷら粉、プロセスチーズ、こまつな、たまねぎ、かぼちゃ、しいたけ、わかめ、煮干し、麦みそ | 牛乳 バイン缶 | 牛乳 黄粉白玉 |
| 3 | 木 | お誕生会 ちらし寿司 貝たくさん白和え ひしもちゼリー | 鶏肉の照り焼き いちご すまし汁 | 牛乳 白い風船 | 牛乳 三色カップケーキ |
| 4 | 金 | 浦上そばろ マカロニサラダ キウイ しめじのみそ汁 | 豚肉、揚げかまぼこ、しらたき、もやし、にんじん、ささがきごぼう、サラダ油、しょうゆ、三温糖、みりん風調味料、マカロニ、にんじん、ホールコーン缶、きゅうり、マヨネーズ、キウイフルーツ、しめじ、たまねぎ、わかめ、きゃべつ、麦みそ、煮干し、こねぎ | 牛乳 バナナ | スキムミルク 丸ボーロ |
| 5 | 土 | 白身魚のピザ焼き きゅうりとカニカマの酢の物 オレンジ 豆腐のみそ汁 | 白身魚、ピーマン、たまねぎ、しいたけ、コンソメ、とろけるチーズ、トマトケチャップ、サラダ油、きゅうり、かに風味かまぼこ、わかめ、にんじん、もやし、酢、三温糖、うすくちしょうゆ、ごま、ネーブル、木綿豆腐、たまねぎ、しめじ、麦みそ、煮干し、こまつな | 牛乳 ミニボルガ | 牛乳 スティック野菜 |
| 7 | 月 | 鮭のタルタル焼き 卵の花 バイン ごぼうのみそ汁 | 鮭、塩こしょう、たまねぎ、にんじん、ピーマン、マヨネーズ、おから、板こんにゃく、にんじん、乾しいたけ、さつま揚げ、こねぎ、しょうゆ、三温糖、サラダ油、バインアップル、ごぼう、にんじん、たまねぎ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな | 牛乳 星たべよ | スキムミルク じゃがまる |
| 8 | 火 | かに玉 キャベツのおかか和え ミニトマト 肉団子のスープ | 卵、かに風味かまぼこ、乾しいたけ、長ねぎ、たけのこ、にんじん、鳥がらだし、三温糖、うすくちしょうゆ、片栗粉、グリーンピース、ごま油、きゃべつ、にんじん、もやし、きゅうり、焼き竹輪、かつお節、しょうゆ、三温糖、ミニトマト、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、こまつな | 牛乳 キウイ | スキムミルク ゴマラスク |
| 9 | 水 | ちゃんぽん 五目卵焼き バナナ | 豚肉、中華めん、むきえび、いか、乾しいたけ、きくらげ、板付かまぼこ、きゃべつ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、ねぎ、スキムミルク、中華だし、サラダ油、卵、芽ひじき、にんじん、たまねぎ、たけのこ、さやいんげん、木綿豆腐、豆乳、しょうゆ、三温糖、バナナ | 牛乳 オレンジ | 牛乳 南瓜のスイートポテト |
| 10 | 木 | ピーマンの肉詰め ほうれん草とひじきのサラダ チーズ 厚揚げのみそ汁 | 合挽肉、たまねぎ、かぼちゃ、しいたけ、卵、パン粉、牛乳、豆乳、ピーマン、トマトケチャップ、カレー粉、ほうれんそう、芽ひじき、しょうゆ、ツナ缶、ホールコーン缶、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、プロセスチーズ、厚揚げ、たまねぎ、しめじ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな | 牛乳 ビスコ | 牛乳 黒糖小魚 みかん缶 |
| 11 | 金 | 豚肉の南部揚げ 三色サラダ キウイ 卵スープ | 豚肉、料理酒、しょうゆ、片栗粉、小麦粉、卵、ごま(白)、ごま(黒)、きゃべつ、にんじん、ピーマン、ホールコーン缶、きゅうり、和風ドレッシング、キウイフルーツ、卵、たまねぎ、えのきたけ、わかめ、こまつな、中華だし | 牛乳 リンゴ | 牛乳 マーブルクッキー |
| 12 | 土 | バーベキューチキン けんちん煮 バイン 野菜たっぷりみそ汁 | 鶏肉、トマトケチャップ、中濃ソース、三温糖、豚肉、だいこん、にんじん、しめじ、木綿豆腐、しょうゆ、グリーンピース、バインアップル、きゃべつ、油揚げ、たまねぎ、わかめ、えのきたけ、麦みそ、煮干し、こまつな | 牛乳 バナナ | スキムミルク リッツヤムサンド |
| 14 | 月 | エビとじゃがいもの豆乳キッシュ ほうれん草のごま和え ミニトマト 大根スープ | むきえび、じゃがいも、たまねぎ、ミックスベジタブル、とろけるチーズ、卵、豆乳、バター、塩こしょう、トマトケチャップ、サラダ油、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、はくさい、ごま、三温糖、しょうゆ、ミニトマト、だいこん、たまねぎ、にんじん、いんげんまめ、ブロッコリー、コンソメ | 牛乳 バームロール | スキムミルク ブアマンケーキ |
| 15 | 火 | 白身魚の煮付け 五色和え オレンジ 白菜のみそ汁 | 白身魚、しょうが、にんじん、さつまいも、三温糖、しょうゆ、きゃべつ、ほうれんそう、もやし、ロースハム、にんじん、しょうゆ、酢、三温糖、ごま油、ネーブル、はくさい、しいたけ、たまねぎ、わかめ、煮干し、麦みそ、こねぎ | 牛乳 黒糖パン | 牛乳 りんごのコンポート |

