



Menu 2022.03.16-31 Ayame nursery school

日	曜	副 食	食 材	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
16	水	しゅうまい ほうれん草とハムの卵炒め 枝豆 もやしのみそ汁	豚ひき肉、むきえび、しょうが、絹ごし豆腐、長ねぎ、たまねぎ、卵、片栗粉、サラダ油、ぎょうざの皮、ごま油、ほうれん草、きゃべつ、ロースハム、にんじん、しめじ、バター、塩こしょう、うすくちしょうゆ、えだまめ、もやし、たまねぎ、油揚げ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 キウイ	牛乳 きなこクリームサンド
17	木	たんたんめん ごぼうと切り干し大根の煮物 リンゴ	豚ひき肉、しょうが、たまねぎ、きゅうり、そうめん、こねぎ、めんつゆ、豆乳、ねりごま、ごま油、ささがきごぼう、にんじん、油揚げ、切り干しだいこん、芽ひじき、さやいんげん、しょうゆ、三温糖、サラダ油、りんご	牛乳 かっぱえびせん	牛乳 やさいのおやき
18	金	おわかれえんそく (食育の日) ※おかず入りのおべんとうをおねがいします		牛乳 バナナ	牛乳 雪の宿
19	土	さつまいもの豆乳オムレツ ブロッコリーのツナマヨネーズ和え ミニトマト オニオンスープ	合挽肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、さつまいも、塩こしょう、卵、豆乳、トマトケチャップ、ブロッコリー、にんじん、きゅうり、だいこん、ツナ缶、マヨネーズ、ミニトマト、たまねぎ、えのきたけ、しめじ、グリーンピース、コンソメ	牛乳 アンパンマンせんべい	スキムミルク チーズスカロップ
22	火	ポークビーンズ きゅうりとパプリカの酢の物 キウイ 小松菜のグリーンスープ	豚肉、だいず(水煮)、にんじん、たまねぎ、ピーマン、しめじ、じゃがいも、ホールトマト缶、コンソメ、三温糖、サラダ油、きゅうり、赤ピーマン、ちりめんじゃこ、わかめ、焼き竹輪、にんじん、酢、うすくちしょうゆ、ごま(白)、キウイフルーツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、バター、さつまいも、豆乳、牛乳、コンソメ	牛乳 白桃缶	牛乳 揚げパン
23	水	バイキング(ごはんの日) 年長さんからのリクエストメニューです		牛乳 バナナ	牛乳 カルシウムせんべい
24	木	きのかレー きゅうりと卵のマヨネーズ和え じゃがいもの粉ふき 枝豆 リンゴジュース	豚肉、しいたけ、しめじ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、ヨーグルト、ほうれん草、カレールウ、サラダ油、きゅうり、ゆで卵、にんじん、ツナ缶、マヨネーズ、じゃがいも、ごま(黒)、えだまめ(冷凍)、りんごジュース	牛乳 キウイ	牛乳 おからクッキー
25	金	白身魚のレモン焼き じゃがいもの金平 パイン 呉汁	白身魚、三温糖、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、料理酒、レモン、じゃがいも、ピーマン、にんじん、エリンギ、しらたき、ごま油、しょうゆ、ごま(白)、パインアップル、だいこん、さつまいも、ささがきごぼう、だいず(水煮)、板こんにゃく、煮干し、麦みそ、こねぎ	牛乳 リンゴ	牛乳 ホットケーキ
26	土	豚肉のピカタ 大根と赤ピーマンのサラダ チーズ ほうれん草のみそ汁	豚肉、卵、小麦粉、パセリ、だいこん、きゅうり、赤ピーマン、ピーマン、和風ドレッシング、プロセスチーズ、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、しめじ、麦みそ、煮干し	牛乳 オレンジ	スキムミルク メロンパン
28	月	鮭の香り揚げ ほうれん草ともやしのナムル ミニトマト じゃが芋のみそ汁	さけ、パン粉、卵、小麦粉、あおりの、サラダ油、ほうれん草、もやし、にんじん、きゅうり、しょうゆ、鶏ガラ、ごま油、ごま(白)、ミニトマト、じゃがいも、たまねぎ、しめじ、わかめ、麦みそ、煮干し、こまつな	牛乳 キウイ	スキムミルク 黒ごまのヨーグルトケーキ
29	火	かぼちゃのオムレツ ピーマンとにんじんのごま炒め バナナ 大根のみそ汁	鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、卵、牛乳、トマトケチャップ、豚肉、しょうが、ピーマン、にんじん、ごま(白)、サラダ油、しょうゆ、料理酒、バナナ、だいこん、たまねぎ、油揚げ、わかめ、しめじ、麦みそ、煮干し、ほうれん草	牛乳 ビスケット	牛乳 ホットドック
30	水	白身魚のムニエル 南瓜のサラダ チーズ キャベツのみそ汁	白身魚、小麦粉、バター、塩こしょう、かぼちゃ、さつまいも、いんげんまめ、ツナ缶、マヨネーズ、プロセスチーズ、きゃべつ、たまねぎ、えのきたけ、わかめ、麦みそ、煮干し、こねぎ	牛乳 リンゴ	牛乳 おにぎり
31	木	ピザ風春巻き カラフルピーマンのじゃこ炒め オレンジ 豆腐ポイスープ	春巻きの皮、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、ピザソース、サラダ油、ピーマン、黄ピーマン、赤ピーマン、しらす干し、みりん風調味料、料理酒、うすくちしょうゆ、ごま油、ネーブル、木綿豆腐、はるさめ、えのきたけ、ほうれん草、中華だし	牛乳 スナックスティック	牛乳 じゃがいもまんじゅう

