幼保連携型認定こども園 瑠璃こども園予定献立表 令和6年3月分

ひなまつりく3月3日>

女の子の節供として祝われている「ひなまつり」は、ひな人形 を飾り、桃の花、白酒、菱餅、ひなあられなどを供えます。そ の始まりは中国で、3月の最初の巳(み)の日に身を清め厄除 けをする風習がありました。

「形代(かたしろ)」として身代わりの 小さな人形をつくり、その人形に、 感謝と供養の気持ちを込めて ごちそうをするように なったのが、ひまつりの始まり とされています。

にんじん ∆しめじ グリンピース(冷) たまねぎ ○ねぎ

×しょうが ほうれん草 にんじん たまねぎ △えのき茸 ○ねぎ

※献立名の下の3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、 下段が体の調子を整えるものです。

※離乳食に使用している食品の区分表示 無印・・・生後5~6カ月頃・〇・・・生後7~8 カ月頃·△生後9~11カ月頃·□···生後12~18カ月頃·×··・使用しない ※手作りおやつは予定ですので変更になる場合もあります。また仕入れの都合上、食材 の変更がある場合があります。

はくさい たまねぎ にんじん ○白ねぎ △えのき茸 きゅうり もやし ×シューマイ(冷)

たまねぎ ×にんにく ×しょうが ブロッコリー にんじん Δえのき茸 〇ねぎ

		<u> </u>			
月	火	水	木	金	土
を浮かべた酒(桃花酒) 白酒;江戸中期からは、白 菱餅;赤いもちにはクチナ	・ ものごものこ、桃には魔よけの力がある(とうかしゅ)を飲み桃の乳酒が好んで飲まれるようにシ、白いもちには菱、緑の	葉を入れたお風呂に入って なりました。	無病息災を願いました。	1 青椒肉絲(チンジャオロースー) かぼちゃ挽肉サンドフライ 豆腐のスープ	バナナ
願いました。 ひなあられ;お米を蒸して乾燥させたものを煎ってふくらませ、食用の色粉などで色をつけたもので				未満児(米) 〇油 〇さとう かたくり粉	そうめん(乾)
す。			_	△牛もも肉 絹ごし豆腐	△鶏もも肉
				×しょうが Οピーマン Δピーマン(赤) ×たけのこ(水煮) たまねぎ にんじん パセリ(生) ×かぼちゃ挽肉サンドフライ(冷)	たまねぎ にんじん Δ干ししいたけ 〇ねぎ バナナ
4 さばのみそマヨ焼き キャベッと油揚げの和え物 すまし汁(卵豆腐)	八宝菜 はんぺんのハンバーグ風 ひじきの華風あえ	6 宙組リクエスト 納豆のかき揚げ ゆかりきゅうり カレーシチュー	7 姫路風おでん ほうれん草とえのきの和物 ホーイルソーセーシ	8 遠足 お弁当	9 パン・ジュース・バナナ
未満児(米) Δマヨネーズドレッシング ○さとう	未満児(米) 〇油 〇さとう かたくり粉 △マヨネーズドレッシング △いりごま ○ごま油	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 〇油 じゃがいも 〇さとう コーンスターチ	未満児(米) じゃがいも 口こんにゃく Oさとう	旬の1	- - - - - -
△さば ○みそ □油揚げ ×たまご豆腐 ○カットわかめ(干) ○刻みのり	○こま油 △豚もも肉 □むきえび ×はんぺん △とろけるチーズ ○青のり粉 ○ひじき(乾) △ッナ缶(油漬)	○納豆 ×ちくわ ○青のり △牛もも肉 ○たまご ○牛乳 △生りー ム	△牛もも肉 ×さつま揚げ □ウィンナー	さわら 帆立貝 しん	しこいかなごのくぎ煮 いこうガス にら
キャベツ にんじん △えのき茸 〇ねぎ	はくさい たまねぎ にんじん Oピーマン △干ししいたけ ×たけのこ(水煮) ×しょうが スィートコーン(粒・冷) きゅうり	たまねぎ かぼちゃ きゅうり オレンジ にんじん ケリンピース(冷) 〇洋梨缶	だいこん にんじん ×しょうが ほうれん草 △えのき茸	菜の花 わ	かめ いちご
11 誕生日会 ちらしずし すまし汁 ケーキ		13 月組リクエスト 豚肉のスタミナ焼き フライドポテト 豆乳コーンスープ	14 千草焼き 白菜のごまあえ みそ汁(もずく)	15 鶏肉のマーマレート・焼き さつま芋サラダ キャベツのスープ	16 焼そば バナナ
米 〇さとう 干しうどん(乾)	未満児(米) パン粉(乾) 〇オリーブ油 △マヨネーズドレッシング △レいりごま 〇油	未満児(米) 〇油 〇さとう 小麦粉 ホットケーキミックス じゃがいも	未満児(米) 〇油 〇さとう Δいりごま	未満児(米) 〇さとう さつまいも △マヨネーズドレッシング 〇油	中華めん(ゆで) 〇油
△あなご(蒸) ×ちくわ 高野豆腐 ○刻みのり 絹ごし豆腐 ○カットわかめ(干)	白身魚 △粉チーズ ○たまご △豚もも肉	△豚もも肉 ロペーコン ○たまご ○豆乳(調整豆乳) ○牛乳	Oたまご △豚ひき肉 ちりめんじゃこ ×ちくわ ○みそ ○もずく(生)	△鶏もも肉 △豚もも肉	△豚もも肉 ○削りかつお ○青のり
にんじん れんこん Δ干ししいたけ たまねぎ	×にんにく レモン(果汁) パセリ(乾) ブロッコリー トマト たまねぎ にんじん	×にんにく Oピーマン バナナ たまねぎ にんじん △しめじ スィートコーン(クリーム) レモン(果汁)	にんじん ほうれん草 △干ししいたけ はくさい たまねぎ ○ねぎ	ロマーマレート・ジャム スィートコーン(粒・冷) きゅうり キャヘッ たまねぎ にんじん ムえのき茸	にんじん たまねぎ Δしめじ キャベツ バナナ
18 酢豚 オムレツ わかめスープ	19 カレイの塩焼き れんこんのきんぴら かぼちゃのみそ汁	20	21 ちゃんちゃん焼き すまし汁(そうめん) 金時豆 ➡ ぼたもち	22 ハヤシシチュー ミニコロッケ ほうれん草の和風サラダ	23 パン・ジュース・バナナ
未満児(米) かたくり粉 〇油 〇さとう	未満児(米) 〇油 〇さとう 〇ごま油 ムいりごま	多分	米 もち米 〇油 じゃがいも 〇パター そうめん(乾) いりごま 〇さとう	未満児(米) じゃがいも 〇油 △マヨネーズドレッシング	
△豚もも肉 木綿豆腐 ○カットわかめ(干)	かれい △豚もも肉 ×ちくわ ○みそ		さけ 〇みそ □油揚げ △金時豆(味付) きな粉	△牛もも肉 ちりめんじゃこ ○カットわかめ(干)	
たまねぎ にんじん ○ピーマン △干ししいたけ ×しょうが ×オムレツ(冷) だいこん	れんこん にんじん かぼちゃ たまねぎ 〇ねぎ		キャベツ Oピーマン たまねぎ にんじん ムえのき茸 Oねぎ	たまねぎ にんじん ケリンピース(冷) ×コロッケ(冷) ほうれん草	
25 チキンカチャトーラ(鶏煮込み) マカロニサラダ かぶのスープ	きゅうり・わかめの甘酢和え	27 肉じゃが チャプチェ プロッコリーのおかか和え	28 回鍋肉(ホイコーロー) ナムル すまし汁(きのこ)	29 豆腐とほたてのト마ロ煮 とり天 ゆかりきゅうり	30 イタリアンスパゲティー バナナ
未満児(米) 〇オリーブ油 〇さとう マカロニ(乾) △マヨネーズドレッシング 〇油	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 〇油 〇さとう	未満児(米) じゃがいも 口糸こんにゃく 〇油 〇さとう 〇はるさめ(乾) 〇ごま油 ムいりごま	未満児(米) 〇油 〇さとう 〇ごま油	未満児(米) かたくり粉 小麦粉 〇油	スパゲティー(乾) 〇油
△鶏もも肉 △ツナ缶(油漬) △豚もも肉	きす 〇青のり 〇みそ ちりめんじゃこ 〇カットわかめ(干) 木綿豆腐 口油揚げ	△牛もも肉 ○削りかつお	△豚もも肉 ○みそ ×かまぼこ	△ほたて貝柱 木綿豆腐 △ささ身	△豚ひき肉
×にんにく たまねぎ △しめじ 〇ピーマン トマト缶詰(ダイズ) きゅうり にんじん かぶ パセリ(生)	Oねぎ きゅうり たまねぎ にんじん	たまねぎ にんじん グリンピース(冷) プロッコリー ×たけのこ(水煮) きゅうり	にんじん キャベツ Oピーマン ほうれん草 もやし たまねぎ △えのき茸 △しめじ ○ねぎ	チンゲン菜 にんじん Δ干ししいたけ ×しょうが きゅうり たまねぎ	たまねぎ キャベツ にんじん Δしめじ Οピーマン バナナ
4月1日 カレイの塩焼き ひじき大豆 みそ汁(たまねぎ)	豚肉のしょうが焼き ほうれん草のごまみそあえ	4月3日 さけの照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(ばち)	4月4日 スタミナチキン ブロッコリーのしらすあえ すまし汁(ふ)	4月5日 入園進級式 すき焼き風煮 きゅうりの甘酢あえ 蒸しシューマイ	ニのマークの日は
未満児(米) O油 Oさとう 口こんにゃく	未満児(米) 〇油 〇さとう △いりごま	未満児(米) ○さとう じゃがいも ○油 ばち(乾)	未満児(米) ○さとう ふ(乾)	未満児(米) ふ(乾) 口糸こんにゃく 〇油 〇さとう ムいりごま	手作りおやつです。
かれい 〇ひじき(乾) 〇大豆(水煮) 口油揚げ 〇みそ	△豚もも肉 絹ごし豆腐 ○みそ ○カットわかめ(干)	さけ △豚ひき肉 □油揚げ ○みそ	△鶏もも肉 ちりめんじゃこ △削りかつお	△牛もも肉 △焼き豆腐	1
	 		F 1 1 1 1 1	11.720. 12.124 (-1.07 0.41 0.	1

にんじん たまねぎ グリンピース(冷) 〇ねぎ