

令和8年 3月 新富のぞみ保育園給間食こんだて

指定日	こんだて名	おもな材料のはたらき				
		赤 群	黄 群	緑 群		
		体をつくるものになる	エネルギーのものになる	体の調子をととのえる		
給 食	3日	ミートボールのカレー煮 キャベツのあえもの	豚挽肉、スキムミルク 牛乳、ツナ缶	片栗粉、じゃが芋、油 上新粉	人参、玉ねぎ、(冷)グリーンピース キャベツ	
	4日、18日	生揚と魚のみそ煮 ソテー	生揚、メカジキ、赤みそ	さとう、油	大根、人参、さやいんげん キャベツ、コーン缶	
	5日	カレーライス スープ	豚肉、ベーコン	油、じゃが芋、カレールウ	玉ねぎ、人参、にんにく キャベツ	
	6日、12日	魚の照焼、うの花炒り煮 6日桃ゼリー、12日ムース	メカジキ、おから、油揚	さとう、油	しょうが、人参、干しいたけ ねぎ、6日桃ゼリー、12日ムース	
	7日	おにぎり	焼のり、鮭、昆布	ごま		
	9日	ヘルシーチキンナゲット ポテトサラダ、パイン缶	鶏挽肉、おから、豆腐	片栗粉、油 じゃが芋、マヨドレ	玉ねぎ、きゅうり、人参、コーン缶 ブロッコリー、ミニトマト、パイン缶	
	11日、23日	豚肉と大根のうま煮 みそ汁	豚肉、白みそ 赤みそ、わかめ、油揚	さとう	大根、人参、れんこん、ねぎ こんにゃく、玉ねぎ	
	13日、27日	ビーフンスープ なばなのあえもの	豚肉、焼ちくわ	ビーフン、油	人参、玉ねぎ、チンゲン菜 えのき茸、なばな	
	14日、28日	五目中華、チーズ	豚肉、チーズ	中華そば、ごま油	白菜、人参、もやし ほうれん草	
	16日	みそおでん、酢のもの	生揚、はんぺん 赤みそ、わかめ	里芋、さとう	こんにゃく、大根、人参 きゅうり、みかん缶	
	17日、26日	チキンカツ おひたし、パイン缶	鶏肉、花かつお	米粉、米パン粉、油	小松菜、人参、もやし パイン缶	
	19日、31日	すき煮丼 じゃこ炒め、りんご	豚肉、しらす干し	油、さとう	しらたき、玉ねぎ、白菜、人参 春菊、チンゲン菜、りんご	
	24日	まぜごはん 白みそ汁	鶏肉、焼ちくわ、油揚 白みそ、わかめ、豆腐	油	人参、しめじ、さやいんげん えのき茸	
	25日	マーボー丼 南瓜煮付、オレンジ	豆腐、豚挽肉、赤みそ	油、さとう、片栗粉	玉ねぎ、人参、チンゲン菜 ねぎ、しょうが、南瓜、オレンジ	
	30日	ミネストローネ 南瓜サラダ	ベーコン	米粉のマカロニ、油、マヨドレ	キャベツ、人参、玉ねぎ、エリンギ、ピーマン にんにく、南瓜、きゅうり	
	誕生会2日	ちらし寿司 すまし汁、バナナ	味付けまぐろ缶、しらす干し 刻みのり、卵、豆腐、わかめ	さとう、油	人参、かんぴょう、干しいたけ きゅうり、あさつき、バナナ	
	間 食	3日、10日	フライドポテト		じゃが芋 油	
		4日、18日	オレンジ 菓子		菓子	オレンジ
5日		マシュマロフレーク		マシュマロ バター コーンフレーク		
6日、12日		鮭おにぎり	焼のり 鮭フレーク	米		
7日、14日 28日		菓子		菓子		
9日、25日		フルーツミックス 菓子		菓子	もも缶 パイン缶 みかん缶	
11日、23日		ほうれん草蒸しパン		米粉のホットケーキミックス 米粉 さとう 油	ほうれん草 コーン缶	
13日、30日		米粉のいちごクレープ		米粉のいちごクレープ		
16日、26日		豆乳ホットケーキ	無調整豆乳	米粉のホットケーキミックス 米粉 さとう 油 豆乳マーガリン		
17日、24日		ぼたもち	きな粉	米 もち米 さとう		
19日、31日		マスカッタゼリー 菓子		マスカッタゼリー 菓子		
27日		蒸し芋		さつま芋		
誕生会2日	ショコラケーキ カルピス	生クリーム	米粉のガトーショコラ さとう カルピス	パイン缶 みかん缶		

※ こんだては多少変更する場合があります。
 ※ 太字は主菜に含まれる食品です。