

令和7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	1日、15日	五目きしめん チーズ	油揚、チーズ	干きしめん	人参、しめじ、ねぎ ほうれん草
	4日	手羽先風からあげ ゆかりあえ、パイン缶	鶏肉	片栗粉、油、さとう、	キャベツ、人参、小松菜 パイン缶
	5日	カレーライス サラダ	豚肉	カレールウ、油、じゃが芋	人参、玉ねぎ、コーン缶 キャベツ、ブロッコリー
	6日	ミネストローネ 青菜炒め、パン	ベーコン、しらす干し	じゃが芋、油、パン	人参、玉ねぎ、エリンギ、にんにく ピーマン、チンゲン菜、もやし
	7日、21日	すき煮丼 南瓜煮付、果物	豚肉	油、さとう	しらたき、玉ねぎ、白菜、人参 春菊、南瓜、果物
	8日、29日	長崎ちゃんぽん風うどん	豚肉	干めん、油	玉ねぎ、人参、キャベツ
	10日	みそおでん 白菜のおひたし	生揚、はんぺん、鶏肉 赤みそ、卵、花かつお	さとう	こんにゃく、大根、人参 白菜
	11日、31日	ミートボールのカレー煮 ひじきの中華あえ	豚挽肉、スキムミルク ひじき	片栗粉、じゃが芋、油、上新粉 ごま油、さとう、すりごま	人参、玉ねぎ、ピーマン きゅうり、水菜
	12日、26日	煮魚 うの花炒り煮、果物	白身魚、おから、油揚	さとう、油	しょうが、人参、しいたけ ねぎ、果物
	13日	豚汁 ほうれん草の白和え	豚肉、赤みそ 豆腐、ツナ缶	油	大根、人参、白菜、えのき茸 ねぎ、ほうれん草
	17日	チキンカツ ゆかりあえ、パイン缶	鶏肉	米粉、米パン粉、油	キャベツ、人参、もやし パイン缶
	18日	チャーハン からあげ、スープ	ベーコン、鶏肉	油、片栗粉	人参、玉ねぎ、あさつき チンゲン菜、もやし
	19日	魚の香味炒め じゃが芋の煮物	白身魚	油、じゃが芋、さとう	ねぎ、しょうが、玉ねぎ、人参
	24日	タコライス 豆腐とコーンのスープ	豚挽肉、粉チーズ 豆腐	油	玉ねぎ、にんにく、キャベツ、人参 コーンクリーム缶、あさつき
	25日	ツナとじゃが芋の煮物 かき玉汁	ツナ缶、卵、乾燥わかめ	じゃが芋、油、さとう、片栗粉	人参、玉ねぎ、さやいんげん みつば
	27日	麻婆豆腐 きゅうりのあえもの	豆腐、豚挽肉、赤みそ ツナ缶	油、さとう、片栗粉	玉ねぎ、人参、チンゲン菜、ねぎ しょうが、きゅうり
	28日	生揚と豚肉のみそ炒め なばなのあえもの	生揚、豚肉、赤みそ しらす干し	油、さとう	人参、キャベツ、チンゲン菜 なばな
誕生会3日	ちらし寿司 すまし汁、果物	味付けまぐろ缶、しらす干し 刻みのり、豆腐、乾燥わかめ	さとう、油	人参、かんぴょう、しいたけ きゅうり、あさつき、果物	
4日	りんごゼリー チーズ	チーズ	さとう	100%りんごジュース	
5日	みかん 菓子		菓子	みかん	
6日	ゆかりおにぎり	焼きのり	米		
7日、19日	オレンジココアケーキ		米粉ホットケーキミックス さとう 油	マーマレードジャム 100%オレンジジュース	
10日、25日	ココアパンケーキ	無調整豆乳 豆腐	米粉ホットケーキミックス 米粉 さとう 油		
11日、27日	ミルククリームサンド	牛乳	パン コーンスターチ さとう		
12日、26日	ぼたもち	きな粉	米 もち米 さとう		
13日	いちごクレープ	豆乳	さとう 大豆粉 米粉 油	レモン果汁 いちごピューレ	
14日、28日	大学芋		さつま芋 油 さとう		
17日、31日	甘辛豆腐団子	豆腐	上新粉 白玉粉 さとう		
18日	カステラケーキ	豆乳クリーム	カステラ さとう	果物	
21日	いちごジャムサンド		パン	いちごジャム	
24日	米粉タルト	豆乳	米粉 油 大豆粉	りんごジャム	
誕生会3日	カルピス 三色クッキー	無調整豆乳	さとう 米粉 豆乳マーガリン		

※ 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。