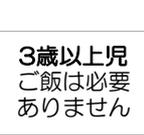




3月予定献立表



R3.2.26 納内保育園

日	曜	午前のおやつ	昼 食		午後のおやつ	備 考	
		3歳未満児	全 園 児	3歳未満児	全 園 児		
1	15	月	牛乳 りんご	おでん ブロッコリーのカレーツナマヨ和え みそ汁(さつま芋・えのき・油揚げ) オレンジ	おにぎり	牛乳 セサミドーナツ	3歳以上児 おにぎりの日
2	16	火	牛乳 グレープ フルーツ	じゃが芋のカントリー煮 もやしサラダ みそ汁(厚揚げ・わかめ) パイン	ごはん	牛乳 ジャムクラッカー	
3	17	水	牛乳 バナナ	鮭ザンギ 豚肉入り蓮根の炒め物 みそ汁(きゃべつ・しめじ) キウイフルーツ	ごはん	カルピス さくらもち ひなあられ 麦茶,くずもち	
4	18	木	牛乳 オレンジ	五目うどん かぼちゃのごまマヨネーズ グレープフルーツ 以：ふりかけ		牛乳 バナナココア カップケーキ	
5	19 お別れ会 誕生会	金	パイン ヨーグルト	レバー入りカレー 豆腐のサラダ 野菜ジュース	ごはん	牛乳 パンプキン クッキー	
		金	パイン ヨーグルト	☆☆☆らいおんもビックリランチ☆☆☆ ハンバーグカレー ブロッコリーのツナマヨ和え ジュース(りんご・オレンジ) いちご		牛乳 ショートケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
6	20	土	牛乳 キウイ フルーツ	焼きそば 白菜とほうれん草のおかか和え バナナ 麦茶		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
8	22	月	牛乳 バナナ	高野豆腐の含め煮 ほうれん草のなめ茸和え みそ汁(長芋・玉ねぎ) パイン	ごはん	牛乳 キャロット 蒸しパン	
9	23 お彼岸	火	牛乳 グレープ フルーツ	クラムチャウダー ささみのごまサラダ オレンジ	食パン	麦茶 たくあん 黒米おにぎり 麦茶 ぼたもち	3歳以上児 主食がパンでも もよい日です
10	24	水	牛乳 オレンジ	チキンカレーコロケ 炒め納豆 みそ汁(わかめ・キャベツ) ミニトマト	ごはん	ヨーグルトの フルーツ添え ｱｽﾞﾗ ｸﾞﾗｽ ｽﾋﾞ ｽｶｯﾄ	
11	25	木	牛乳 りんご	チャーシューラーメン 白和え キウイフルーツ		牛乳 ココロコ じゃがいも	
12	26 卒園式	金	ピーチ ヨーグルト	大根と鶏肉の炒め煮 中華きゅうり みそ汁(じゃが芋・小松菜) オレンジ	ごはん	牛乳 バナナの パンケーキ	
13	27	土	牛乳 バナナ	わかめうどん かぼちゃのそぼろ煮 りんご		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
	29	月	牛乳 グレープ フルーツ	たらと野菜のレモン風味蒸し ブロッコリーのおかか和え みそ汁(油揚げ・わかめ・ねぎ) バナナ	おにぎり	牛乳 フライドおさつ	3歳以上児 おにぎりの日
	30	火	牛乳 キウイ フルーツ	豆腐とひじきのつくね焼 ごま酢和え みそ汁(なめこ・大根) オレンジ	ごはん	麦茶 お好み焼き	

* 3月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 493kcal、たんぱく質 17.6g、脂肪 13.8g が平均給与量です。

* 3月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 374kcal、たんぱく質 15.9g、脂肪 13.8g が平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。

