



# 3月献立表



R5.2.28 新中央保育園

日	曜	午前おやつ		食		午後おやつ		備考
		3歳未満児	全園児	全園児	3歳未満児	全園児	全園児	
1	15	水	牛乳 りんご	かきあげ 納豆おひたし ミニトマト みそ汁(卵・白菜)	ごはん	牛乳 ☆昆布 コーンフレーク バナナ		
2	16	木	牛乳 オレンジ	みそラーメン ひじき入り白和え キウイ		牛乳 フレンチトースト		
3	17 お別れ会	金	フルーツ ヨーグルト	コーンカレー もやしサラダ キャベツとえのきのスープ	ごはん	カルピス 三色団子		
		金	フルーツ ヨーグルト	<b>☆☆☆ゆきぐみスペシャルランチ☆☆☆</b> オムライス風 唐揚げ アンパンマンポテト ミニトマト ブロッコリー 果物(いちご・パイナップル) パックジュース(りんご)		牛乳 ロールケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
4	18	土	牛乳 果物	ホットドックパン 大根のサラダ オレンジ 牛乳		パックジュース お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
6	20	月	牛乳 キウイ	ぎせい豆腐 ブロッコリーの塩昆布和え みそ汁(なめこ・ほうれん草) バナナ	おにぎり	牛乳 ジャムクラッカー (ブルーベリー)	3歳以上児 おにぎりの日	
7	21	火	牛乳 りんご	鮭のムニエル ポテトサラダ キウイ みそ汁(大根・生揚げ)	ごはん	麦茶 くずもち		
8	22	水	牛乳 オレンジ	レバーカレーフライ ミニトマト ちくわときゅうりの味噌マヨネーズ和え 心のすまし汁(えのき)	ごはん	フルーツヨーグルト アンパンマン ビスケット		
9	23 お卒園 岸式	木	牛乳 バナナ	あんかけうどん れんこんのきんぴら オレンジ		牛乳 ドーナツ 牛乳 ぼたもち		
10	24	金	フルーツ ヨーグルト	豆腐とひじきのつくね ごま酢和え りんご みそ汁(かぼちゃ・油揚げ)	ごはん	牛乳 ☆するめ ぼたぼた焼き		
11	25	土	牛乳 果物	しょうゆラーメン じゃが芋の塩きんぴら バナナ		牛乳 パウムクーヘン	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
13	27	月	牛乳 オレンジ	魚のカレー焼き もやしと白菜の磯和え キウイ みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)	黒米 おにぎり	牛乳 パンプキンパイ	3歳以上児 おにぎりの日	
14	28	火	牛乳 キウイ	ハンバーグ びっくりドンキー風サラダ かぶのスープ パイン	食パン	牛乳 型抜きクッキー	3歳以上児 主食がパンでも よい日です	
	29	水	牛乳 バナナ	チーズ入りコロッケ 3色きんぴら みそ汁(小松菜・しめじ) りんご	ごはん	牛乳 心のラスク		
	30	木	牛乳 りんご	鶏にゅうめん汁 豆腐のお好み焼き風 オレンジ 以:ふりかけ		牛乳 ウロコダンゴ うす焼せんべい		

\*3月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 444kcal、たんぱく質17.3g、脂肪15.9g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 360kcal、たんぱく質16.9g、脂肪16.4g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。

※今月最後の給食になるゆきぐみさんの食べたいメニューがたくさん献立になっています。