

3月の献立

社会福祉法人大和善隣館
 幼保連携型認定こども園 松陽こども園 R8.2.28

日	曜	未満児諸主食とおやつ	昼食	午後間食	離乳食
2	月	ごはん 牛乳 オレンジ	カレー肉じゃが ポパイサラダ バナナ	ミルク せんべい	肉じゃが 味噌汁 ほうれん草の旨煮
3	火	ちらし寿司 お茶 せんべい	ちらし寿司 菜の花あえ 肉団子 すまし汁	カルピスポンチ★	ほうれん草の旨煮 野菜の旨煮 すまし汁
4	水	ごはん バナナヨーグルト	江戸っ子煮 ほうれん草のお浸し オレンジ	ミルクココア クラッカー	そぼろ煮 かぼちゃの旨煮 野菜の旨煮
5	木	ごはん お茶 せんべい	ハンバーグカレー 和風サラダ トマト	牛乳 クッキー★	じゃが芋の旨煮 味噌汁 きゅうりあん
6	金	ごはん フルーツポンチ	魚フライタルタルソース キャベツの即席漬け わかめスープ	ミルク せんべい	煮魚 野菜の旨煮 わかめスープ
7	土	お茶 せんべい	パン チーズ 牛乳	お茶 せんべい	野菜雑炊 マッシュポテト
9	月	ごはん 牛乳 バナナ	鶏肉のマーマレード煮 コーンサラダ 卵とレタスのスープ	お茶 しらすトースト★	そぼろ煮 キャベツの旨煮 レタススープ
10	火	ごはん ジュア	ローストチキン スパサラダ 大根スープ	お茶 せんべい	大根の旨煮 そぼろ煮 すまし汁
11	水	ごはん みかんヨーグルト	マーボー豆腐 シューマイ ほうれん草のナムル	ミルクココア ビスケット	マーボー豆腐 味噌汁 ほうれん草の旨煮
12	木	ごはん 牛乳 オレンジ	魚の立田揚げ 納豆あえ さつま汁	ミルク クラッカー	煮魚 野菜の旨煮 さつま汁
13	金	ごはん お茶 せんべい	鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ ココロスープ	お茶 いちごケーキ★	そぼろ煮 野菜の旨煮 ココロスープ
14	土	お茶 せんべい	パン 牛乳 チーズ	お茶 せんべい	味噌雑炊 マッシュポテト
16	月	ごはん ヨーグルトあえ	鶏肉のトマト焼き ちりじゃこサラダ 白菜スープ	お茶 揚げパン★	トマト煮 そぼろ煮 白菜スープ
17	火	ごはん 牛乳 バナナ	人参ポタージュ ボイルウインナー マカロニサラダ	ミルクココア せんべい	野菜あん 人参スープ かぼちゃの旨煮
18	水	ごはん ジュア	ハヤシライス ツナサラダ バナナ	牛乳 ビスケット	肉じゃが キャベツの旨煮 すまし汁
19	木	ごはん バナナヨーグルト	魚のカレー焼き ポテトサラダ 味噌汁	お茶 チーズ蒸しパン★	煮魚 野菜の旨煮 味噌汁
21	土	お茶 せんべい	チャーハン 春雨スープ	お茶 せんべい	野菜雑炊 かぼちゃの旨煮
23	月	ごはん アソッドミルク	白味噌ポトフ バナナ フロッコリーの中華あえ	牛乳 せんべい	じゃが芋の旨煮 すまし汁 フロッコリーの旨煮
24	火	ごはん フルーツポンチ	鶏肉の味噌マヨ焼き フレンチサラダ コーンかきたまスープ	牛乳 マドレーヌ★	きゅうりあん そぼろ煮 すまし汁
25	水	ごはん 牛乳 バナナ	魚の南蛮漬け マッシュポテト 味噌汁	ミルクココア ビスケット	魚の野菜あん 味噌汁 マッシュポテト
26	木	ごはん お茶 せんべい	キャベツのクリーム煮 バナナ 春雨のごま酢あえ	ミルク クラッカー	キャベツの旨煮 きゅうりあん すまし汁
27	金	ごはん 牛乳 ポーロ	タンドリーチキン 青菜スープ ドレッシングサラダ	お茶 ひじきトースト★	そぼろ煮 スティック野菜 青菜スープ
28	土	お茶 せんべい	パン チーズ りんごジュース	お茶 せんべい	味噌雑炊 マッシュポテト
30	月	ごはん 牛乳 オレンジ	豚肉のソースマリネ ポテトスープ キャベツのごまマヨネーズあえ	お茶 麩ラスク★	野菜の旨煮 ポテトスープ キャベツの旨煮
31	火	ごはん お茶 せんべい	中華丼 もやしときゅうりのナムル バナナ	牛乳 せんべい	白菜の旨煮 きゅうりあん すまし汁

3日(火)・・・ごちそうの日

★・・・手作りおやつの日

少しずつ暖かい日が増えてきて春が近づいていますね。
 先日、にじ組さんには今までの給食の中で食べたい献立を選んでもらいました。「にじ組さんのリクエストメニュー」として3/13(金)の給食に出ます。子ども園での給食や食育活動を思い出に小学校へ行っても食事時間を楽しく過ごしていけるといいなと思っています。

～にじ組さんリクエストメニュー～3/13(金)

- ゆかりごはん
- 鶏肉の唐揚げ
- 春雨サラダ
- ココロスープ

～おやつ～

いちごケーキ

★松陽こども園栄養目標量★

	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
【1～2歳児】	465kcal	18.0～20.0g	12.0～13.0g	1.5未滿
【3～5歳児】	575kcal	23.0～25.0g	12.7～19.1g	1.6未滿

★3月平均栄養量★

【1～2歳児】	494kcal	18.3g	16.1g	1.4未滿
【3～5歳児】	542kcal	20.3g	18.3g	1.7未滿

笑顔がいっぱい食事時間

