

3月の予定献立表

発行日:2022年2月28日

作成者:日野 かおり

	月	火	水	木	金	土
午前		1 牛乳	2 牛乳	3 野菜ジュース	4 牛乳	5 牛乳
昼食		食パン クリームスープ チキンピカタ ツナサラダ	たけのこごはん すまし汁 松風焼き キウイフルーツ	誕生日給食 ひなまつりちらし寿司 菜の花汁・ひなあられ 鶏肉のマ・マレード焼き ブロッコリーサラダ	ごはん なめこの味噌汁 魚の照り焼き 牛肉とひじきのサラダ	野菜ラーメン さつま芋の煮物 オレンジ
午後		お茶 じゃこおにぎり	牛乳 フライドポテト	牛乳 いちごのカップケーキ	お茶 カルピスゼリー	牛乳 クッキー
午前	7 牛乳	8 牛乳	9 牛乳	10 ポンジュース	11 牛乳	12 牛乳
昼食	キッズピビンバ かき玉汁 梅サラダ	ごはん 白菜のスープ 鮭の香草揚げ 切干大根煮	スパゲティミートソース ポトフ風スープ りんご	わかめごはん 味噌汁 煮魚 アスパラソテー	非常食の日 カレーライス フルーツ缶	豚肉チャーハン 中華風スープ ゆかり和え
午後	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 ハムサンド	お茶 五平餅	牛乳 白い風船	牛乳 肉まん風蒸しパン	お茶 ヨーグルト
午前	14 牛乳	15 スタミン	16 牛乳	17 牛乳	18 牛乳	19 牛乳
昼食	エビライス ミネストローネ 魚のマリネ バナナ	ごはん 納豆汁 クリスピーチキン マカロニサラダ	ごはん すまし汁 あんかけ卵焼き たけのこのごまドレ和え	郷土料理(北海道・東北) ごはん 玉ねぎのスープ ザンギ 芋煮	ロールパン コーンスープ ハンバーグ ポテトサラダ	マーボー丼 味噌汁 ナムル
午後	お茶 お好み焼き	牛乳 鈴カステラ	お茶 フルーツポンチ	牛乳 じゃがバター	お茶 プリンアラモード	牛乳 せんべい
午前	21	22 牛乳	23 牛乳	24 牛乳	25 牛乳	26 牛乳
昼食	春分の日	菜の花ごはん すまし汁 怪獣揚げ りんご	ごはん 味噌汁 魚のチーズ焼き 大根とハムの和え物	お弁当	ごはん チンゲン菜のスープ レバーの酢豚風 いちご	ハヤシライス 大豆サラダ ゼリー
午後		牛乳 レズン蒸しパン	お茶 バナナヨーグルト	ジュース フレンチトースト	牛乳 だら焼き	牛乳 とんがりコーン
午前	28 飲むヨーグルト	29 牛乳	30 牛乳	31 牛乳		
昼食	ごはん 豚汁 アジフライタルタルソース パプリカソテー	カレーうどん 厚揚げとかぶの含め煮 タンゴール	豆ごはん 麩の味噌汁 肉じゃが しらすときゅうりの酢物	麦ごはん そうめん汁 魚のムニエル かぼちゃサラダ		
午後	牛乳 ココアホットケーキ	お茶 ツナそぼろおにぎり	牛乳 きなごマカロニ	牛乳 ワッフル		

給食だより

厳しい寒さも少しずつ和らぎ、日に日に春が近づいています。一年の大きな区切りを迎える3月は、季節の変わり目でもあり、体調を崩しやすくなります。栄養価の高い旬の食材を食べ、元気に過ごしましょう。

3日…ひなまつり給食

17日…北海道・東北地方の郷土料理の予定です。子どもたちに喜んでもらえるよう、心を込めて作りたくと思います。今年度も一年間ありがとうございました。

献立平均給与栄養量

エネルギー 473kcal

たんぱく質 19.8g

脂質 15.7g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

