

日	曜	未満児おやつ	主食	献立名	3時のおやつ
1	15	土	せんべい 牛乳	ご飯 厚揚げと大根の煮物、もやし中華和え 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ)、牛乳、オレンジ	せんべい、パイ りんごジュース
3	/	月	クッキー 牛乳	ご飯 <ひな祭り> ちらし寿司、鶏肉の照り焼き、にらツナ和え 春野菜スープ・牛乳【りんご】	3色蒸しパン、ひなあられ オレンジ、ほうじ茶
/	17	月	クッキー 牛乳	ご飯 鮭の照り焼き、にらツナ和え 春野菜スープ・牛乳【りんご】	ごまきな粉蒸しパン、クラッカー オレンジ、ほうじ茶
4	18	火	クラッカー 牛乳	ご飯 鯖の味噌煮、キャベツとツナのサラダ のっぺい汁、牛乳【オレンジ】	フルーツヨーグルト和え せんべい、ほうじ茶
5	19	水	ビスケット 牛乳	ご飯 タイ風焼き鳥、切り干し大根の煮物 石狩汁、ほうじ茶【オレンジ】	ジャムサンド、クラッカー バナナ、牛乳
6	/	木	クラッカー 牛乳	ご飯 <卒園祝い膳> 赤飯、ぶりの味噌照り焼き、筑前煮 ほうれん草菊花和え、すまし汁、ほうじ茶【バナナ】	卒園祝いケーキ クッキー、牛乳
7	/	金	ビスケット 牛乳	パン トマトオムレツ、切り干し大根かみかみサラダ 豆乳スープ、牛乳【バナナ】	さつま芋ご飯、ブルー りんご、ほうじ茶
/	21	金	ビスケット 牛乳	パン トマトオムレツ、切り干し大根かみかみサラダ 豆乳スープ、牛乳【バナナ】	シャカシャカポテト、ブルー りんご、ほうじ茶
8	22	土	せんべい 牛乳	ご飯 焼肉、若布の酢の物 味噌汁(豆腐・さつま芋)、牛乳、オレンジ	せんべい、パイ オレンジジュース
10	24	月	クッキー 牛乳	ご飯 たら香味焼き、ナムル風サラダ 味噌汁(さつま芋・油揚げ・豆腐)、ほうじ茶【りんご】	きな粉マカロニ、クラッカー いよかん、牛乳
11	25	火	クラッカー 牛乳	ご飯 カレーライス、チーズ、若布の酢の物 牛乳【いよかん】	パンプキンケーキ、ビスケット りんご、ほうじ茶
12	26	水	ビスケット 牛乳	ご飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き、もやしの納豆和え きのこのすまし汁、ほうじ茶【りんご】	白いメロンパン バナナ、牛乳
13	27	木	クラッカー 牛乳	パン 和風卵焼き、ツナ入り3色サラダ 豆乳スープ、牛乳【バナナ】	味噌焼きおにぎり、ブルー りんご、ほうじ茶
14	28	金	ビスケット 牛乳	ご飯 鶏肉の唐揚げ、フレンチサラダ 味噌汁(じゃが芋・なめこ・豆腐)、ほうじ茶【バナナ】	マーブルケーキ、せんべい いよかん、牛乳
/	29	土	せんべい 牛乳	ご飯 麻婆豆腐、さつま芋甘辛煮 味噌汁(人参・白菜)、牛乳、オレンジ	せんべい、パイ りんごジュース
/	31	月	クッキー 牛乳	麺 きつねうどん、たら磯揚げ風、さつま芋レモン煮 ほうじ茶【りんご】	ごまトースト、チーズ いよかん、牛乳

※献立は都合により変更になる場合がありますので、ご了承ください。

3月の栄養給与量です。

	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	543	639
蛋白質(g)	21.6	26.4
脂質(g)	17.3	20.4
カルシウム(mg)	254	297
鉄(g)	2.2	2.7
食塩相当量(g)	1.4	1.7

3歳未満児は1日の栄養給与量の50%
以上児は45%を保育園で提供しています。

<お知らせ>

- 3月3日(月) ひなまつり
3月6日(木) 卒園祝い膳
3月21日(金) 幼児組誕生日会

