

日	曜	未満児おやつ	献立名	3時のおやつ
1	15	土	せんべい 牛乳	ご飯・焼き豆腐入り豚丼・薩摩芋甘辛煮 味噌汁(大根・人参)・牛乳・蜜柑缶 クッキー・せんべい ぶどうジュース
3	/	月	クラッカー 牛乳	ちらし寿司・鶏肉の照り焼き・菜の花のお浸し 清まし汁・牛乳 ひなあられ・林檎ゼリー ほうじ茶
4	/	火	クッキー 牛乳	《祝膳》赤飯・鮭の梅醤油焼き・若布と胡瓜の三杯酢 薩摩芋レモン煮・清まし汁・ほうじ茶 あんパン バナナ・牛乳
5	/	水	せんべい ほうじ茶	ご飯・かじき鮭香味焼き・ひじき炒り煮 豆乳味噌汁・牛乳 ココアホットケーキ 苺・牛乳
6	/	木	クラッカー 牛乳	カレーライス・大根サラダ チーズ・ほうじ茶[バナナ] きなこサンド ブルーベリー・牛乳
7	/	金	クッキー 牛乳	パン・たらソテイ・華風和え 野菜スープ・牛乳 五平餅・せんべい バナナ・牛乳
8	22	土	せんべい 牛乳	ご飯・麻婆豆腐・じゃが芋含め煮 味噌汁(大根・人参)・牛乳・蜜柑缶 クッキー・せんべい ぶどうジュース
10	24	月	クラッカー 牛乳	ご飯・家常豆腐・南瓜含煮 味噌汁(キャベツ・玉葱・えのき)・牛乳 ヨーグルト和え せんべい・牛乳
11	/	火	クッキー 牛乳	パン・鯖のタンドリー風・ナムル風サラダ 春雨スープ・牛乳 せんべい チーズ・牛乳
12	26	水	せんべい ほうじ茶	ご飯・ぶり照り焼き・もやしとにらの彩和え 味噌汁(豆腐・人参・白菜)・牛乳 生姜ツナご飯・せんべい バナナ・ほうじ茶
13	/	木	クラッカー 牛乳	ご飯・ポークケチャップ・ほうれん草の納豆和え 大根と若布のスープ・ほうじ茶[バナナ] カルピスゼリー せんべい・牛乳
14	/	金	クッキー 牛乳	ご飯・豚肉の味噌焼き・切干大根炒り煮 味噌汁(人参・葱・豆腐)・牛乳 五平餅・せんべい バナナ・牛乳
17	31	月	クラッカー 牛乳	ご飯・親子煮・ブロッコリーのサラダ 味噌汁(豆腐・人参・大根)・牛乳 きなこマカロニ 蜜柑缶・牛乳
18	/	火	クッキー 牛乳	ご飯・鮭の香味焼き・ひじき炒り煮 豆乳味噌汁・牛乳 オープンポテト・せんべい バナナ・牛乳
19	/	水	せんべい ほうじ茶	ご飯・鶏肉の照り焼き・マカロニソテイ 味噌汁(豆腐・人参・玉葱)・牛乳 ホットケーキ 蜜柑缶・ほうじ茶
21	/	金	クッキー 牛乳	パン・たらソテイ・華風和え 野菜スープ・牛乳 若布ご飯 バナナ・牛乳
25	/	火	クッキー 牛乳	ご飯・鮭の香味焼き・ひじき炒り煮 豆乳味噌汁・牛乳 オープンポテト・せんべい バナナ・牛乳
27	/	木	クラッカー 牛乳	カレーライス・大根サラダ チーズ・ほうじ茶[バナナ] きなこサンド・バナナ ブルーベリー・牛乳
28	/	金	クッキー 牛乳	ご飯・豚肉の味噌焼き・切干大根炒り煮 味噌汁(葱・人参・豆腐)・牛乳 せんべい チーズ・牛乳
29	/	土	せんべい 牛乳	ご飯・すき焼き風煮・じゃが芋含め煮 味噌汁(大根・人参)・牛乳・蜜柑缶 クッキー・せんべい ぶどうジュース

＜お知らせ＞

3月3日(月) ひなまつり会  
3月8日(土) 卒園式  
3月13日(木) 幼児組誕生会



3月の栄養給与量です。参考にしてください。

	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	488	594
蛋白質(g)	19.3	24
脂質(g)	15.4	18.8
カルシウム(mg)	229	289
鉄(g)	2.1	2.5
食塩相当量(g)	1.4	1.6

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。