



3月の予定献立表



発行日: 令和5年3月
作成者: 和手

月 火 水 木 金 土

午前 (未満児のみ)				1	牛乳、白い風船	2	牛乳、リッツ	3	牛乳、きなこ菓子	4	牛乳、おかき	
昼食					麦ごはん トマトスープ 鶏の照り焼き ひじきサラダ		ごはん かき玉汁 豚肉とじゃがいものうま煮		<ひな祭り・誕生会> ちらし寿司 吸い物 さわらの塩焼き 菜の花の和え物		ひじきと鶏のそぼろ丼 ツナとじゃがいもの煮物	
午後					ブルーチェ		牛乳、ココアホットケーキ		カルビス、ひな祭りゼリー		バナナ	
午前 (未満児のみ)	6	牛乳、クッキー	7	牛乳、ウエハース	8	牛乳、白い風船	9	牛乳、リッツ	10	牛乳、きなこ菓子	11	牛乳、おかき
昼食		チキンカレー 野菜サラダ バナナ		<くじらリクエストメニュー> 五目ラーメン 春雨サラダ 桃ゼリー		麦ごはん 大根のすまし汁 さわらのから揚げ キャベツサラダ(ドレ)		ごはん 豆腐の味噌汁 鶏肉のコーンフ레이크焼き もやしの和え物		<非常食給食>		中華丼ぶり さつまいもサラダ
午後		牛乳、ジャムサンド		牛乳、おやつ天ぷら		牛乳、いりこ・クッキー		牛乳、ヨーグルトケーキ		わかめおにぎり		せんべい
午前 (未満児のみ)	13	牛乳、クッキー	14	牛乳、ウエハース	15	牛乳、白い風船	16	牛乳、リッツ	17	牛乳、きなこ菓子	18	牛乳、おかき
昼食		ごはん 味噌汁 すきやき風煮 りんご		食パン 春キャベツの豆乳スープ 白身魚のパン粉焼き スパゲティサラダ		麦ごはん 白菜とえのきのすまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き 人参ときゅうりのマリネ		ごはん 中華スープ 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのサラダ		<食育の日給食> ~アメリカ合衆国~ ごはん クラムチャウダー 焼きフライドチキン コーンサラダ		豚肉と玉ねぎのカレー丼 もやしの彩り和え
午後		牛乳、鈴カステラ		ねぎじゃこおにぎり		牛乳、アーモンドクッキー		牛乳 ブルーベリー蒸しパン		牛乳、ミニピザ		バナナ
午前 (未満児のみ)	20	牛乳、クッキー	21		22	牛乳、白い風船	23	牛乳、リッツ	24	牛乳、きなこ菓子	25	牛乳、おかき
昼食		ごはん けの汁 さばの塩焼き ツナサラダ		春分の日		麦ごはん 里芋のみそ汁 鶏のさっぱり煮 白菜の和え物		たらこスパゲティ わかめスープ コールスローサラダ		親子丼 すまし汁 大根の梅和え		肉ごはん ブロッコリーのツナサラダ
午後		ヨーグルト・せんべい				牛乳、アップルパイ風		鮭おにぎり		牛乳、シリアルバー		せんべい
午前 (未満児のみ)	27	牛乳、クッキー	28	牛乳、ウエハース	29	牛乳、白い風船	30	牛乳、リッツ	31	牛乳、きなこ菓子		
昼食		ごはん 野菜スープ 豚肉の桑焼き ピーマンのツナ和え		ロールパン クリームスープ 鶏肉の塩焼き 温サラダ		麦ごはん コンソメスープ 酢鶏		ごはん 若竹汁 鶏肉の香味焼き きゅうりとコーンのサラダ		ごはん 春菊のすまし汁 さばの味噌煮 ポン酢和え		
午後		牛乳、きなこマカロニ		おかかおにぎり		牛乳、シュガートースト		牛乳 りんごのカントリーケーキ		牛乳、プッセ		

給食だより

寒さがだんだんと和らいでくる季節になりますね。

今月は、ひな祭りとかじらさんチームのリクエスト給食があるので、楽しみにして下さい！！

毎月19日は食育の日で、

今月は「アメリカ合衆国」です。(17日に実施)

ごはん

クラムチャウダー

アメリカを代表するスープです。

貝や野菜など様々な食材がたっぷり入っています。

焼きフライドチキン

鶏肉に小麦粉などからつくった衣をまぶして、油で揚げた料理です。

給食では揚げないで焼きます。

コーンサラダ

アメリカではコーンは世界最大の生産・輸出国です。

おやつ・ミニピザ

献立平均給与栄養

エネルギー 未満児481kcal・以上児527kcal

たんぱく質 未満児18.7g・以上児 20.7g

脂質 未満児16.2g・以上児15.5g

園の都合により献立を変更する場合がございます。