

3月 献立表

保護者各位

朝、晩は寒く感じることもありますが、日中は暖かい春の日差しを感じられる日が増えました。いよいよ今年度最後の月となり、食育活動や給食、おやつを通して子ども達の成長をたくさん見ることができ、残食もほとんどなくとても嬉しく思います。残り少しくなりましたが、これからも食事の面で子どもたちの成長をサポートしていけるよう美味しく楽しい給食作りができるよう努力して参りたいと思っております☆8日(金)はさくら組リクエスト献立です!



献立名	エネルギーになる	おやつ	献立名	エネルギーになる	おやつ
1 金 ちらし寿司 金目鯛のごま焼き 豚汁 菜の花のごまマヨ和え いちご	精白米/三温糖/白ごま/上白糖/じゃがいも/マヨネーズ	三色ゼリー 牛乳 たべっこ動物 ジョアストロベリー	15 金 ごはん 韓国風鶏の照り焼き のりと卵のスープ ひじき入りポテトサラダ キウイフルーツ	精白米/上白糖/ごま油/白ごま/かたくり粉/じゃがいも/マヨネーズ	薄皮パイ 牛乳 マンナ ジョアブルーベリー
2 水 のりたまごはん えびフライ わかめのお味噌汁 のりのおひたし バナナ	精白米/薄力粉/パン粉/ホットケーキミックス/さつまいも/上白糖/風船バター/グラニュー糖/キャノーラ油	さつまいものドーナツ ジョアマスカット	16 水 ごはん れんこんと牛肉の甘辛炒め にらたまスープ かまぼこサラダ デコポン	精白米/キャノーラ油/上白糖/なたね油/ホットケーキミックス	牛乳/牛ばら肉/たまご/蒸しかまぼこ/絹ごし豆腐/チーズ れんこん/ぶなしめじ/にんじん/玉葱/にら/りよくとうもろこし/キャベツ/きゅうり/デコポン
3 水 さつまいもと塩昆布のごはん 鏡餅の西京焼き けんちん汁 コロコロさつま芋サラダ グレープフルーツ	精白米/さつまいも/上白糖/さといも/オリーブ油	ジョアマスカット	17 水 ターメリックライス タンドリーチキン モロヘイヤスープ コロコロツナサラダ いちご	精白米/塩昆布/ターメリック/マカロニ/ホットケーキミックス/上白糖/キャノーラ油	鶏もも肉/ヨーグルト/ベーコン/ツナ缶/ウィンナー/おから/調製豆腐/牛乳
4 水 ごはん れんこんバーグ ブロッコリーの和風スープ 野菜のごま醤油和え キウイフルーツ	精白米/かたくり粉/白ごま/キャノーラ油/上白糖	シフォンケーキ カルピス	18 水 ハヤシライス なめこスープ ブロッコリーとマカロニのサラダ はるみ	精白米/なたね油/マカロニ/マヨネーズ	牛乳/豚ばら肉/ゼラチン/カルピス/ジョアストロベリー 玉葱/ぶなしめじ/マッシュルーム/グリーンピース/なめこ/だいこん/こねぎ/ブロッコリー/にんじん/はるみ
5 水 食パン(ママレード) 鶏肉のオーロラソース焼き ピーマンチュー さつまいもとツナのサラダ いちご	食パン/マヨネーズ/じゃがいも/なたね油/さつまいも/オリーブ油	ムーンライト ジョアブルーベリー	19 水 こんぶごはん サバの味噌煮 しいたけのすまし汁 切干しとツナの和え物 バナナ	精白米/三温糖/上白糖/ごま油	薄皮パイ 牛乳 ポークビーンズ コーンとじゃがいものスープ コーンサラダ デコポン
6 金 きつねうどん 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ バイン	うどん/上白糖/緑豆はるさめ/くるみ/ブレード/薄力粉/細塩バター/ミルク/チョコレート/グラニュー糖	たべっこ動物 麦茶	20 金 ごはん 鶏肉の塩麹焼き 大根の味噌汁 ほうれん草のごま和え キウイフルーツ	精白米/米こうじ/白ごま/さつまいも/なたね油/かたくり粉	牛乳/鶏もも肉/油揚げ/カットわかめ/なめこ/米もろ/ライスハム/ジョアブルーベリー だいこん/ねぎ/ほうれん草/りよくとうもろこし/にんじん/キウイフルーツ
7 金 ごはん 豚肉の香味焼き コーンクリームスープ 春雨のそぼろ炒め はるみ	精白米/上白糖/かたくり粉/緑豆はるさめ/キャノーラ油/鮭/有塩バター	マンナ 牛乳	21 金 バターロール ポークビーンズ コーンとじゃがいものスープ コーンサラダ デコポン	精白米/三温糖/上白糖/ごま油	薄皮パイ 牛乳 ポークビーンズ コーンとじゃがいものスープ コーンサラダ デコポン
8 金 とりそぼろ丼 根菜のみそ汁 ブロッコリーのおかかごま和え いちご	精白米/なたね油/上白糖/白ごま	マンナ ジョアストロベリー	22 金 ミートソーススパゲティ レタススープ かぼちゃと豆のサラダ いちご	精白米/三温糖/上白糖/ごま油	薄皮パイ 牛乳 ポークビーンズ コーンとじゃがいものスープ コーンサラダ デコポン
9 金 麻婆ラーメン ほっけの塩焼き 野菜の中華和え バナナ	中華めん/ごま油/三温糖/かたくり粉/グラニュー糖	お餅のフレンチトースト ジョアストロベリー	23 金 おかかチーズごはん 鶏肉のごま焼き 小松菜の味噌汁 切干大根の煮物 バナナ	精白米/上白糖/白ごま	薄皮パイ 牛乳 ポークビーンズ コーンとじゃがいものスープ コーンサラダ デコポン
10 金 ピラフ 鶏肉のカレー焼き セロリスープ シーザーサラダ きよみ	精白米/塩昆布/バター/オリーブ油/クルトン/チヂミ/チヂミドレッシング/香辛料の皮/上白糖/かたくり粉	歌舞伎揚げ 牛乳	24 金 ごはん さわらのトマトチーズ焼き クリームシチュー いんげんのソテー グレープフルーツ	精白米/じゃがいも/キャノーラ油	薄皮パイ 牛乳 ポークビーンズ コーンとじゃがいものスープ コーンサラダ デコポン

今月の食育
8日(金)
チョコチップメロンパン
作り
13日(水)
カスタードプリンのデコ
レーション
14日(木)
バナナのキャンディー
ロール作り
18日(月)
豆腐をつぶす(チーズ
パン)

今月の新メニュー
7日(木)
さつまいもとツナの
サラダ
8日(金)
チョコチップメロンパン
14日(木)
セロリスープ
18日(月)
れんこんと牛肉の甘辛
炒め
他

月間栄養価
3歳未満児
エネルギー 498Kcal
たんぱく質 19.1g
脂質 16.7g
食塩相当量 1.4g

3歳以上児
エネルギー 585Kcal
たんぱく質 21.4g
脂質 19.8g
食塩相当量 1.9g

0474361211 毎月 19-03-12; 13:35 ; アリスなまよし保育園

