

3月の献立



H27.3.2

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児添加食	おやつ	延長補食	栄養成分		備考
						乳児	幼児	
2・16 30	月	ごはん、マーボー豆腐 中華風コーンスープ、果物	魚の いそべ揚げ	牛乳 ポテト田楽	ふりかけにぎり	551, 217 193, 12	573, 215 188, 14	
3 17	火	カレーうどん アスパラとコーンのソテー、果物	りんごの コンポート	牛乳 17日 ごまおにぎり	おかめにぎり	548, 163 167, 27	567, 177 164, 31	
4	水	雑穀ごはん、鮭の味噌焼き かぼちゃの甘煮、はんぺんのすまし汁、果物	ウインナー ソテー	牛乳 ラスク	ゆかりにぎり	523, 225 172, 20	546, 245 144, 21	遠足の日
5 19	木	まぐろのそぼろ丼 えび入り春雨サラダ、玉ねぎの味噌汁、果物	煮豆	牛乳 甘辛団子	鮭にぎり	536, 207 127, 21	573, 233 138, 25	
6	金	ごま塩ごはん、肉じゃが 豆腐の味噌汁、ヨーグルト和え	かき揚げ	牛乳 いなりずし	ジャムサンド	613, 213 153, 22	644, 227 149, 25	
7	土	スパゲティーナポリタン、もやしのスープ キャベツとコーンのソテー、果物	スティック チーズ	牛乳 おかめにぎり	——	515, 183 174, 20	533, 173 159, 19	
9 23	月	ごはん、魚のオランダ揚げ ベジタブルソテー、大根と人参の味噌汁、果物	ジャーマン ポテト	牛乳 黒糖煮しん	ふりかけにぎり	569, 174 180, 13	599, 187 174, 14	
10 24	火	10日 コーンパン/24日 白パン、果物 ひき肉とマッシュポテトの重ね焼き、野菜スープ	茹で ブロッコリー	牛乳 和風ツナおにぎり	ごま塩にぎり	541, 193 172, 20	601, 209 193, 21	
11 25	水	11日 カレーライス/25日 キーマカレー、果物 大根とほうろくのサラダ、野菜入りわかめスープ	煮魚 (かじき)	牛乳 もちもちチーズシ	梅干しにぎり	557, 222 172, 19	636, 228 188, 22	
12 26	木	ごはん、銀だらの煮つけ、酢の物 キャベツの味噌汁、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 フライドポテト	豚そぼろにぎり	522, 170 203, 14	579, 194 225, 16	
13 27	金	ごはん、豚肉のアップルソース焼き 茹で野菜、かぼちゃの味噌汁、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 無添加菓子	ぶどうパン	543, 197 192, 20	559, 202 184, 18	
14 28	土	チキンピラフ、さつまいものバター煮 キャベツと玉ねぎのスープ、果物	煮魚 (かれい)	牛乳 あんぱん	——	564, 215 151, 21	611, 196 163, 27	14日 卒園式
18	木	バターロールパン、ハンバーグ 付け合せ、えのきともやしの野菜スープ、果物	大根の 甘煮	牛乳 ドライカレー	ゆかりにぎり	566, 248 207, 21	626, 282 238, 24	お別れ 会食会
20	金	ごはん、エビフライ 青菜の納豆和え、豆腐となめこの味噌汁、果物	さつまいもの 甘煮	牛乳 いなりずし	ジャムサンド	588, 214 150, 18	623, 228 163, 18	幼児 誕生会

- ・延長補食には上記のほか、麦茶・果物が付きます。
- ・今月の果物は青見オレンジ、いちご、みかんのローテーションとなります。
- ・3日のおやつは、牛乳、桜もち、せんべいとなります。

4日(水) 遠足の日

ばんひ組給食がでます。うさぎ組、りす組、ぞう組は家からのお弁当となります。ひつじ組は料理保育をします。

