

令和元年度3月の献立表

認定こども園たちばな

※印はりす組、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食 献立	材 料 名	献立	材 料 名
2	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	豚肉の味噌焼き・キャベツの昆布あえ・トマト・豆腐のスープ	米・豚肉・キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布・トマト・豆腐・小松菜・玉ねぎ	豆乳ドーナツ・牛乳	豆乳ドーナツ・牛乳 ※米粉のパン
3	火	チーズ・麦茶 ひなまつり	ちらし 寿司	しゅうまい・ツナのあえもの・いちご・かき菜のすまし汁	米・ごぼう・人参・かんぴょう・ちくわ・卵・きざみのり・でんぶ・肉しゅうまい・ツナ・もやし・人参・きゅうり・キャベツ・いちご・かき菜・おふ	三色ゼリー・ひなあられ	三色ゼリー・ひなあられ
4	水	りんご・牛乳	食パン(ブルーベリー)	コロッケ・中華ナムル・煮豆・ミネストローネスープ	食パン・ブルーベリージャム・コロッケ・油・ソース・もやし・ほうれんそう・きゅうり・人参・焼豚・金時豆・キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも・セロリ・ベーコン・カットトマト缶	わかめおにぎり・麦茶	米・わかめごはんのもと・麦茶(梅干し)
5	木	ヨーグルト・麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き・マカロニサラダ・かまぼこ・コンソメスープ	米・鶏肉・にんにく・生姜・マカロニ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・かまぼこ・キャベツ・玉ねぎ	アメリカンドック・牛乳	アメリカンドック・ケチャップ・牛乳
6	金	クラッカー・麦茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・切り昆布煮・スティックきゅうり・味噌汁	米・ホッケの塩だれ・きざみ昆布・人参・しいたけ・さつま揚げ・きゅうり・浅漬けのもと・もやし・油揚げ	クリームパン・牛乳	クリームパン・牛乳 ※スティックパン
7	土	10時:せんべい、麦茶	お昼:焼きそば、ほうれんそうの磯あえ、野菜ジュース			3時:オレンジゼリー、クラッカー、麦茶	
9	月	スティックきゅうり・麦茶	ごはん	豚肉のマーマレード焼き・野菜のごまあえ・トマト・わかめスープ	米・豚肉・マーマレードジャム・もやし・いんげん・人参・すりごま・トマト・わかめ・長ねぎ	クラッカーサンド・牛乳	クラッカー・クリームチーズ・いちごジャム・牛乳 ※クリームチーズサンド
10	火	せんべい・麦茶 誕生日会	スパゲッティ	🍴 チーズサラダ 🍷 りんごジュース	パスタ・豚肉・玉ねぎ・人参・カットトマト缶・ケチャップ・キャベツ・きゅうり・人参・チーズ・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・りんごジュース	ケーキ・牛乳	ケーキ・牛乳 ※グレーゼリー、野菜ハイハイせん、麦茶
11	水	りんご・牛乳	ロールパン	ヒレカツ・ポテトサラダ・チーズ・コーンスープ	ロールパン・ヒレカツ・油・ソース・じゃがいも・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・コーン・玉ねぎ・クリームコーン缶・牛乳・シチューミックス	チャーハン・麦茶	米・焼豚・玉ねぎ・ピーマン・麦茶
12	木	ビスケット・麦茶	ごはん	🍷 さわらの照り焼き 🍷 親子煮・バナナ味噌汁	米・さわらのみりん醤油漬け・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・なると・卵・バナナ・大根・油揚げ	フルーチェ・せんべい	フルーチェ(ピーチ味)・牛乳・サラダせんべい ※せんべい→Caせんべい
13	金	チーズ・麦茶	カレーライス	🍷 コールスローサラダ 🍷 福神漬け 🍷 オレンジジュース	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールウ・キャベツ・きゅうり・コーン・りんご・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・福神漬け・オレンジジュース	レーズン蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・レーズン・牛乳
14	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼:ラーメン、中華きゅうり、りんごジュース			3時:バナナ、せんべい、麦茶	
16	月	スティックきゅうり・麦茶	ごはん	ミートローフ・ブロッコリーのおかかあえ・りんご・味噌汁	米・豚肉・鶏肉・玉ねぎ・ミックスベジタブル・チーズ・卵・パン粉・ケチャップ・ブロッコリー・おかか・りんご・長ねぎ・わかめ	肉まん・牛乳	肉まん・牛乳
17	火	ふかしもち・麦茶	ハヤシライス	🍷 和風サラダ 🍷 グレープジュース	米・牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ・キャベツ・もやし・きゅうり・ちくわ・わかめ・グレープジュース	コーンフレーククッキー・牛乳	ホットケーキミックス・バター・砂糖・牛乳・コーンフレーク・牛乳
18	水	バナナ・牛乳	食パン(メープル)	ハムカツ・ブロッコリーの炒め物・トマト・シチュー	食パン・メープル・ハムカツ・油・ソース・ブロッコリー・コーン・ベーコン・カレー粉・トマト・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ベーコン・牛乳・シチューミックス	しらすおにぎり・麦茶	米・しらす・麦茶(梅干し)
19	木	グレーゼリー・麦茶	ごはん	タラのカレー風味焼き・ひじき煮・中華きゅうり・味噌汁	米・タラのカレー風味・ひじき・豚肉・人参・ちくわ・油揚げ・きゅうり・玉ねぎ・ニラ	バナナケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・バナナ・牛乳・バター・卵・牛乳
21	土	10時:クラッカー、麦茶	お昼:うどん、ブロッコリーのおかかあえ、グレープジュース			3時:りんごゼリー、せんべい、麦茶	
23	月	バナナ・麦茶	ラーメン	餃子・野菜ジュース	中華めん・豚肉・キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参・コーン・わかめ・餃子・野菜ジュース	かりんとうドーナツ・牛乳	かりんとうドーナツ・牛乳 ※クロワッサン
24	火	せんべい・麦茶 バイキング	さくらごはん	🍷 鶏のからあげ・春雨サラダ 🍷 フルーツポンチ・味噌汁	米・鶏肉・にんにく・生姜・油・春雨・きゅうり・人参・ハム・豆腐・なめこ・バナナ・いちご・パイン缶・みかん缶・炭酸水	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳 ※りんご、小魚ハイハイせん
25	水	卵ボーロ・牛乳	クロワッサン	タンドリーチキン・ジャーマンサラダ・トマト・ほうれんそうスープ	クロワッサン・鶏肉・ヨーグルト・にんにく・カレー粉・じゃがいも・玉ねぎ・ベーコン・パセリ・トマト・ほうれんそう・玉ねぎ	若菜おにぎり・麦茶	米・若菜ごはんのもと・麦茶(梅干し)
26	木	りんごゼリー・麦茶	ごはん	鮭の甘味噌焼き・厚揚げの煮物・スティックきゅうり・もやしのスープ	米・鮭の甘味噌漬け・厚揚げ・玉ねぎ・人参・なると・きゅうり・浅漬けのもと・もやし・ニラ	ホットドック・牛乳	ロールパン・ウインナー・ケチャップ・牛乳
27	金	チーズ・麦茶 卒園祝いメニュー	赤飯	エビフライ・和風パスタサラダ・いちご・花ふのすまし汁	米・もち米・ささげ・エビフライ・油・ソース・パスタ・きゅうり・人参・ハム・いちご・ほうれんそう・花ふ	ロールケーキ・牛乳	ロールケーキ・牛乳 ※オレンジゼリー、あんぱんまんせん、麦茶
30	月	ビスケット・麦茶	ごはん	🍷 マーボー豆腐 🍷 いんげんのごまあえ・バナナ春雨スープ	米・豚肉・豆腐・エビ・長ねぎ・ニラ・にんにく・生姜・いんげん・人参・すりごま・バナナ・春雨・ほうれんそう・コーン	付け合わせパン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし
31	火	ゆでじゃが・麦茶	ごはん	鶏の味噌焼き・パンサンズ・トマト・すまし汁	米・鶏肉・春雨・きゅうり・人参・ハム・卵・いりごま・トマト・豆腐・水菜	アップルケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・りんご・牛乳・バター・砂糖・卵・牛乳

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



3月平均栄養価

3歳未満児	エネルギー	567kcal	たんぱく質	18.1g	脂質	18.2g
	カルシウム	208mg	食塩	2.0g		
3歳以上児	エネルギー	587kcal	たんぱく質	19.0g	脂質	18.8g
	カルシウム	217mg	食塩	2.1g		