令和5年度3月の献立表　　認定こども園たちばな

【きざみ】

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
1	金	マンナビスケット・麦茶 **ひなまつり**	ちらし寿司	しゅうまい・和風パスタサラダ・オレンジ・すまし汁	米・ごぼう・人参・かんぴょう・ちくわ・卵・豚肉・玉ねぎ・生姜・しゅうまいの皮・キャベツ・もやし・人参・ツナ・オレンジ・ほうれんそう・花ふ	三色風ゼリー・麦茶
2	土	10時：ハイハイせんべい、麦茶　お昼：ラーメン、ほうれんそうの磯あえ　3時：バナナ、ハイハイせんべい、麦茶				
4	月	あんぱんまんビスケット・麦茶	ごはん	豚肉のマーマレード焼き・中華ごぼうサラダ・トマト・味噌汁	米・豚肉・マーマレードジャム・ごぼう・人参・もやし・わかめ・かまぼこ・いりごま・トマト・大根・油揚げ	マカロニきなこ・牛乳
5	火	ハイハイせんべい・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・きのこのスープ	米・豚肉・鶏肉・玉ねぎ・ミックスベジタブル・チーズ・卵・パン粉・ブロッコリー・おかか・りんご・椎茸・エリンギ・えのき・ハム	ロールパン(ツナマヨ添え)・牛乳
6	水	ベビーダノン・麦茶	ごはん	鮭の塩焼き・肉じゃが・すまし汁	米・鮭・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・しらたき・豆腐・水菜	手作りクッキー・牛乳
7	木	バナナ・麦茶	食パン	鶏肉のパン粉焼き・ブロッコリーサラダ・チーズ・コンソメスープ	食パン・鶏肉・にんにく・オリーブオイル・パン粉・パセリ・ブロッコリー・卵・ハム・カレー粉・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・キャベツ・玉ねぎ	さくらごはん・麦茶
8	金	マンナビスケット・麦茶	カレーライス	コールスローサラダ	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・赤ちゃん用カレールウ・キャベツ・コーン・ハム・マヨネーズ・スキムミルク	ヨーグルト・野菜ハイハイせんべい・麦茶
9	土	10時：ハイハイせんべい、麦茶　お昼：うどん、キャベツの昆布あえ　3時：オレンジゼリー、ハイハイせんべい、麦茶				
11	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き・かみかみあえ・トマト・味噌汁	米・鶏肉・大根・人参・いりごま・トマト・もやし・油揚げ	チーズ蒸しパン・牛乳
12	火	ハイハイせんべい・麦茶 **誕生日会**	牛丼	ツナのあえもの バナナ・味噌汁	米・牛肉・玉ねぎ・しらたき・キャベツ・もやし・人参・ツナ・バナナ・豆腐・わかめ	手作りケーキ・牛乳
13	水	チーズ・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・キャベツの昆布あえ・オレンジ・豆腐のスープ	米・豚肉・生姜・キャベツ・人参・塩昆布・オレンジ・豆腐・小松菜・玉ねぎ	おふのラスク・牛乳
14	木	あんぱんまんビスケット・麦茶	ロールパン	ヒレカツ・マカロニサラダ・トマト・シチュー	ロールパン・豚肉・パン粉・卵・油・マカロニ・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・トマト・じゃがいも・玉ねぎ・ハム・コーン・牛乳・シチューミックス	わかめごはん・麦茶
15	金	りんごゼリー・麦茶	ごはん	タラのカレー風味焼き・ひじき煮・かき玉汁	米・タラのカレー風味・ひじき・豚肉・人参・油揚げ・ちくわ・椎茸・玉ねぎ・水菜・なると・卵	ロールパン(ウインナー添え)・牛乳
16	土	10時：ハイハイせんべい、麦茶　お昼：ミートソーススパゲッティー、ブロッコリーのおかかあえ　3時：グレープゼリー、ハイハイせんべい、麦茶				
18	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	マーボー豆腐 ほうれんそうのささみあえ バナナ・わかめスープ	米・豚肉・豆腐・エビ・長ねぎ・ニラ・にんにく・生姜・ほうれんそう・人参・ささみ・バナナ・わかめ・長ねぎ	りんごゼリー・ハイハイせんべい・麦茶
19	火	ハイハイせんべい・麦茶 **バイキング**	さくらごはん	鶏のからあげ・春雨サラダ・いちご・味噌汁	米・醤油・酒・塩・鶏肉・にんにく・生姜・油・春雨・人参・ハム・いちご・豆腐・なめこ	米粉のパン・牛乳
21	木	バナナ・麦茶	ごはん	サバの味噌煮・野菜のごまあえ・ほうれんそうスープ	米・サバの味噌煮・もやし・いんげん・人参・すりごま・ほうれんそう・玉ねぎ	手作り肉まん・牛乳
22	金	チーズ・麦茶 **卒園祝いメニュー**	赤飯	エビフライ・中華ナムル・りんご・すまし汁	米・もち米・エビフライ・油・もやし・ほうれんそう・人参・ハム・りんご・かき菜・花ふ	ホットケーキ・牛乳
25	月	ハイハイせんべい・麦茶	ごはん	春巻き・ジャーマンポテト・トマト・もやしのスープ	米・春巻き・油・じゃがいも・玉ねぎ・ピーマン・ハム・トマト・もやし・ニラ	ベビーダノン・野菜ハイハイせんべい・麦茶
26	火	ベビーダノン・麦茶	スパゲッティー	チーズサラダ バナナ	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・人参・チーズ・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・バナナ	食パン・牛乳
27	水	りんご・麦茶	ロールパン	タンドリーチキン・パスタサラダ・チーズ・ミネストローネ	ロールパン・鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・にんにく・パスタ・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも・セロリ・カットトマト缶	チャーハン・麦茶
28	木	マンナビスケット・麦茶	ごはん	鮭の味噌バター焼き・厚揚げの煮物・すまし汁	米・鮭の味噌バター・厚揚げ・玉ねぎ・人参・なると・かき菜・はんぺん	蒸しパン・牛乳
29	金	卵ボーロ・麦茶	カレーライス	和風サラダ オレンジ	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・赤ちゃん用カレールウ・キャベツ・もやし・かまぼこ・わかめ・オレンジ	バナナケーキ・牛乳
30	土	10時：ハイハイせんべい、麦茶　お昼：焼きそば、ほうれんそうの磯あえ　3時：バナナ、ハイハイせんべい、麦茶				

＊　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	572kcal	たんぱく質	18.8g	脂質	18.2g
カルシウム	210mg	食塩	2.0g		