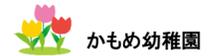


# 3月の献立表

令和6年



日にち	曜日	献立	使用する主な食材	午前おやつ	午後おやつ
1	金	さけちらし 筑前煮 ウインナー すまし汁 お誕生会デザート	米 油揚げ のり 錦糸玉 鮭フレーク 人参 菜の花 ウインナー 鶏肉 大根 ごぼう 絹さや ねぎ わかめ 花麩 デザート	お茶 ミニ牛乳カステラ	牛乳 桃のミルクかん
2	土	ご飯 豚の生姜炒め 南瓜のマヨ和え みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン 南瓜 キャベツ いんげん	お茶 マンナビスケット	牛乳 ばかうけ
4	月	わかめうどん 厚揚げと大根炒め ヨーグルト	うどん わかめ 白菜 コーン 長ねぎ かまぼこ 厚揚げ 豚ひき肉 大根 人参 グリンピース ヨーグルト	お茶 アパンマン煎餅	牛乳 ゆかりおにぎり
5	火	ご飯 メンチカツ ごまサラダ すまし汁 いよかん	米 メンチカツ ツナ ブロッコリー 人参 春雨 ほうれん草 いよかん	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 りんごむしぼん
6	水	ご飯 赤魚の煮つけ ほうれん草おかか和え みそ汁 パナナ	米 赤魚 油揚げ ほうれん草 キャベツ 人参 豆腐 なめこ パナナ	お茶 ルヴァンクッキー	牛乳 マシュマロサンド
7	木	【幼児会食会】スパゲティ ミニおにぎり ミニサンドイッチ 【乳児】ご飯 ハンバーグ スパゲティ ブロッコリー トマト 野菜スープ オレンジ	鶏のから揚げ エビフライ ミニハンバーグ ポテト 野菜サラダ 野菜スープ フルーツ	お茶 ハッピーターン	牛乳 お野菜パンケーキ
8	金	チキンカレー(麦ご飯) 白菜のサラダ ピルクル	米 押麦 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 白菜 きゅうり トマト ピルクル	お茶 Caウエハース	牛乳 フルーツゼリー
9	土	ご飯 蒸しシューマイ キャベツとひじきの和え物 みそ汁	米 シューマイ 芽ひじき キャベツ わかめ えのき	お茶 マンナビスケット	牛乳 バームクーヘン
11	月	宮城:油麩井 竹輪と大根のゆかり和え みそ汁 オレンジ	米 仙台麩 鶏肉 玉ねぎ 卵 みつば ちくわ 大根 人参 ゆかり ほうれん草 豆腐 オレンジ	お茶 アパンマン煎餅	牛乳 大学芋
12	火	ご飯 三陸わかめ肉豆腐 みそポテト すまし汁	米 豆腐 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 わかめ じゃが芋 かまぼこ 大根	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 ジャムサンド
13	水	焼きそば 長芋フライ 野菜スープ りんご	蒸し麺 豚肉 キャベツ もやし 人参 ピーマン 長芋 チンゲン菜 えのき りんご	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 ひじきおにぎり
14	木	ご飯 タラと春野菜の南蛮漬け 南瓜の煮物 みそ汁	米 たら キャベツ 玉ねぎ 菜の花 人参 南瓜 しめじ 小松菜	お茶 ビスコ	牛乳 フライドポテト
15	金	ポークカレー(麦ご飯) 春雨の彩りサラダ パイン缶	米 押麦 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース かにかま 春雨 きゅうり パイン缶	お茶 ミニ牛乳カステラ	牛乳 人参蒸しパン
18	月	ご飯 味噌焼肉炒め 小松菜の磯和え すまし汁 もも缶	米 豚肉 玉ねぎ カラフルピーマン もやし 小松菜 人参 のり 麩 豆腐 もも缶	お茶 アパンマン煎餅	牛乳 チキンナゲット
19	火	わかめご飯 さばの竜田揚げ お花しんじょうの煮物 みそ汁 オレンジ	米 炊き込みわかめ さば 五目しんじょう 大根 人参 じゃが芋 絹さや オレンジ	お茶 アスパラガスビスケット	牛乳 フルーツヨーグルト
21	木	ご飯 鶏肉の酢豚風 春雨サラダ 野菜スープ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 たけのこ ピーマン ハム 春雨 小松菜 白菜 コーン	お茶 ハッピーターン	牛乳 お野菜チップス
22	金	キーマカレー(麦ご飯) 温野菜サラダ りんご	米 押麦 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 グリンピース ツナ ブロッコリー カリフラワー 人参 コーン りんご	お茶 Caウエハース	牛乳 ホットケーキ
23	土	そぼろ丼 白菜のおかか和え みそ汁	米 豚ひき肉 卵 かまぼこ 白菜 わかめ じゃが芋 葉大根	お茶 マンナビスケット	牛乳 クリームコンフェ
25	月	ご飯 鶏肉のねぎ醤油炒め 長芋の煮物 みそ汁	米 鶏肉 ねぎ 長芋 人参 いんげん わかめ えのき	お茶 アパンマン煎餅	牛乳 きなこドーナツ
26	火	2種のパン 豚肉のブラウンシチュー キャベツサラダ りんごジュース	ロールパン クロワッサン 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース キャベツ ブロッコリー トマト コーン りんごジュース	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 わかめおにぎり
27	水	ご飯 豚肉のスタミナ炒め ほうれん草の和え物 みそ汁 オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ いら かまぼこ ほうれん草 もやし 油揚げ 白菜 オレンジ	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 チーズサンド
28	木	ナポリタン ひじきとごぼうのサラダ 野菜スープ パナナ	スパゲティ ウインナー 玉ねぎ ピーマン 芽ひじき ごぼう キャベツ きゅうり 人参 じゃが芋 パセリ コーン パナナ	お茶 ビスコ	牛乳 おさつ蒸しパン
29	金	ご飯 チキン南蛮 シラスと小松菜のり和え みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ パセリ トマト しらす 小松菜 白菜 のり わかめ キャベツ	お茶 ミニ牛乳カステラ	牛乳 ごまコンフレクランチ 乳児:パナナヨーグルト
30	土	ご飯 肉じゃが ほうれん草胡麻和え みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ ほうれん草 豆腐 わかめ	お茶 マンナビスケット	牛乳 ぼたぼた焼き

◎午前おやつはみみちゃん(普通食)、ひよこ組のおやつです  
◎午後のおやつは全員のおやつです

今月は世界のメニューが入っています。

- 1日はひな祭り、お誕生会です
- 7日お別れ食事で幼児組さんはバイキング給食です
- 11日12日は東北応援メニューです
- 14は彩りメニューでたらと春野菜の南蛮漬けです



	目標栄養価	今月の栄養価
エネルギー	510kcal	528Kcal
たんぱく質	20g	19.4g
脂質	15g	17.0g
塩分	1.5g	1.7g



この献立は食材の都合により変更になる場合があります  
シダックスフードサービス(株)

