

3月の献立表

令和6年 2月 22日(木)

北平田保育園



		1日(金) ひなまつりもちつき会		2日(土)				
		午前おやつ (未満児)	バナナ					
		昼食	以:もち(磯部・きな粉・あんこ) つゆもち 未:肉うどん アスパラ菜の和え物 デコボン	コーンシチュー ふりかけ キャロットジュース バナナ				
		午後おやつ	ひなあられ カルピス		お菓子 牛乳			
		栄養価			E:345 P:15.2 F:14.1 食塩:1.9			
		4日(月)	5日(火)	6日(水) 誕生会	7日(木)	8日(金) お別れ会	9日(土)	
午前おやつ (未満児)	ビスケット 麦茶	ぶどうジュース	りんご	バナナ	ヤクルト			
昼食	麻婆豆腐 春雨サラダ ワンタンスープ りんご	ポークビーンズ しょうゆフレンチ えのきスープ デコボン	あんかけラーメン ゼリーアラモード	🌊さわらの竜田揚げ お浸し みそ汁(じゃが芋・玉葱) ヨーグルト	ナポリタン ハンバーグ コールスロー コーンスープ デコボン	焼肉丼風 みそ汁(わかめ) バナナ		
午後おやつ	かっぱえびせん ☆ぶどうジュース	★かりかりチーズ餃子 牛乳	★ケーキ 麦茶	星食べよ りんごジュース	★チョコパフェ	お菓子 牛乳		
栄養価	E:372 P:19.0 F:16.7 食塩:1.9	E:281 P:12.0 F:11.1 食塩:1.7	E:381 P:18.4 F:14.8 食塩:2.1	E:256 P:17.3 F:8.8 食塩:2.2			E:318 P:12.6 F:16.0 食塩:1.2	
		11日(月)	12日(火)	13日(水) バス代振替日	14日(木)	15日(金) サッカー	16日(土)	
午前おやつ (未満児)	粉ふき芋 麦茶	いよかん	りんご	バナナ	りんご			
昼食	つくね焼き きもど入りごまみそ和え すまし汁 (えのき・焼き麩) りんご	スパニッシュオムレツ 三色サラダ ふりかけ・バナナ コンソメスープ (ほうれん草・人参・ベーコン)	ご飯 🌊焼き魚(さけ) 五目きんぴら みそ汁(小松菜・厚揚げ) デコボン	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ みそ汁 (豆腐・焼き麩・ねぎ) オレンジ	鶏のバーベキューソース わかめサラダ かきたま汁 いよかん	ハッシュドポーク ふりかけ 牛乳 バナナ		
午後おやつ	まがりせんべい ジョア	★ドーナツ 牛乳	★むきそば風	★フルーツヨーグルト	バームクーヘン 牛乳	お菓子 ジュース		
栄養価	E:388 P:17.2 F:14.0 食塩:2.0	E:399 P:16.3 F:22.7 食塩:2.0	E:340 P:21.8 F:13.7 食塩:2.1	E:380 P:16.3 F:23.5 食塩:1.8	E:400 P:22.1 F:18.3 食塩:2.4	E:488 P:18.5 F:27.2 食塩:1.4		
		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木) 卒園式総練習	22日(金)	23日(土) 卒園式	
午前おやつ (未満児)	ビスコ 麦茶	りんごジュース			バナナ			
昼食	肉じゃが(汁多め) ハムサラダ チーズ納豆 オレンジ	ご飯 ポークシュウマイ ビーフソテー・デコボン 中華スープ (コーン・玉葱・わかめ)			🌊赤魚の甘辛揚げ すき昆布煮 みそ汁 (かぼちゃ・ほうれん草) りんご	チキンカレー ツナサラダ ジョア バナナ	お祝いの赤飯 (22日に持ち帰ります)	
午後おやつ	ベジタべる ☆りんごジュース	★ピザトースト 牛乳			★どら焼き 牛乳	ぱりんこ オレンジジュース		
栄養価	E:500 P:23.6 F:24.6 食塩:2.0	E:453 P:20.4 F:20.6 食塩:2.1			E:371 P:18.3 F:12.7 食塩:2.6	E:324 P:13.7 F:15.0 食塩:1.7		
		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
午前おやつ (未満児)	さつま芋の甘煮 麦茶	スポン	りんご	バナナ	オレンジ			
昼食	松風焼き うるいのおかか和え すまし汁 (えのき・わかめ・豆腐) りんご	ご飯 ささみフライ パスタサラダ みそ汁(もやし・焼き麩) デコボン	🌊さばのみそ焼き 切り干し大根煮 けんちん汁 ヨーグルト	五目卵焼き 三色和え ゆかり なめこ汁 オレンジ	鶏肉のから揚げ もやしと炒り卵のナムル うどん汁 りんご	プルコギ丼風 みそ汁(わかめ) バナナ		
午後おやつ	おととと ☆スポン	★たぬきおにぎり 麦茶	★チーズ蒸しパン 麦茶	★フライドポテト 牛乳	源氏パイ ホットココア	お菓子 牛乳		
栄養価	E:383 P:20.7 F:18.2 食塩:2.4	E:486 P:20.5 F:19.6 食塩:2.3	E:306 P:15.7 F:19.6 食塩:2.1	E:327 P:17.7 F:15.4 食塩:2.7	E:466 P:23.4 F:18.4 食塩:2.0	E:318 P:13.8 F:13.7 食塩:0.9		

※発注の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。

☆:未満児牛乳 ★:手作りおやつ

🍷:完全給食の日 🐟:庄内浜の魚デー 🌊:お魚の日

栄養価 E:エネルギー P:タンパク質 F:脂肪 食塩:食塩相当量