

# 3月 献立予定表



目標 ☆楽しんで給食やおやつを食べましょう。

畑田保育園  
令和3年3月1日

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6
献立表	筑前煮 ほうれん草のお浸し ひつつみ汁 果物	鯛の甘酢あんかけ 五目きんぴら たまごスープ 果物	海老フライ コンビネーションサラダ 菜の花のお吸い物 果物	肉じゃが 青菜のごま和え なめこの味噌汁 果物	チーズ春巻き ブロッコリーサラダ コーンスープ 果物	おやつ
乳児昼食	ゴマ塩ごはん	納豆ごはん	ちらし寿司	幼児と同じ	幼児と同じ	
乳児おやつ	牛乳	ヤクルト	牛乳	豆乳	牛乳	
3時のおやつ	牛乳・クラッカー	牛乳・スティックパン	カルピス・桜餅	牛乳・ポップコーン	フルーチェパフェ	
日付	8	9	10	11	12	13
献立表	マカロニグラタン ほうれん草ソテー めかぶスープ 果物	ほっけの塩焼き 春雨サラダ せんべい汁 果物	ポークカレー 海蓮サラダ コンソメスープ ヨーグルト	【長内保育園共通メニュー】 焼きカレイ すき昆布の炒め煮 芋煮汁 果物	チキン南蛮 切り干し大根煮 豆腐の味噌汁 果物	おやつ
乳児昼食	ゆかりごはん	納豆ごはん	幼児と同じ	炊き込みごはん	幼児と同じ	
乳児おやつ	牛乳	牛乳	りんご果汁	牛乳	りんご果汁	
3時のおやつ	牛乳・ドーナッツ	牛乳・お豆せんべい	牛乳・じゃこトースト	カンパン・ゼリー	牛乳・甘辛せんべい	
日付	15	16	17	18	19	20
献立表	鶏の唐揚げ 鉄分たっぷりサラダ 青菜のすまし汁 果物	【お誕生会】 	親子丼 キャベツのゆかり和え 小松菜の味噌汁 果物	ガラゴのカレーライス ツナのごま酢和え コンソメスープ 焼きりんご	チキンナゲット 南瓜の含め煮 具だくさん汁 果物	【卒園式】 
乳児昼食	幼児と同じ	幼児と同じ	幼児と同じ	幼児と同じ	ごはん・ふりかけ	
乳児おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	麦茶・やきびん	ほうじ茶・ケーキ	牛乳・チョコバナナ	ぶどうゼリー・するめ	もちもちアイス	
日付	22	23	24	25	26	27
献立表	鯛の竜田揚げ 春雨の酢の物 玉葱の味噌汁 果物	みそ焼き肉 白菜の和え物 きのこのスープ 果物	麻婆豆腐丼 中華風サラダ チンゲン菜のスープ 果物	きのごスパゲッティ ごぼうサラダ わかめの味噌汁 果物	ドライカレー 三色ナムル ふのりのスープ ヨーグルト	おやつ
乳児昼食	幼児と同じ	幼児と同じ	幼児と同じ	二色ご飯	幼児と同じ	
乳児おやつ	りんご果汁	豆乳	牛乳	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	牛乳・マカロニかりんとう	牛乳・一口パイ	牛乳・ピザトースト	牛乳・エビせんべい	牛乳・クッキー	
日付	29	30	31			
献立表	【給食室清掃】 手作りお弁当	【給食室清掃】 手作りお弁当	【給食室清掃】 手作りお弁当			
乳児昼食						
乳児おやつ	牛乳	牛乳	牛乳			
3時のおやつ						

### 保育所給食の給与栄養量

3歳未満児 1日平均	エネルギー 505キロカロリー ビタミンC 33mg	たんぱく質 19.5g 鉄 2.1mg	カルシウム 267mg
3歳以上児 1日平均	エネルギー 569キロカロリー ビタミンC 26mg	たんぱく質 23.0g 鉄 2.1mg	カルシウム 239mg