



3月 献立予定表



目標 ☆楽しんで給食やおやつをたべましょう。

長内保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6
献立名	タラフライ 厚揚げと白菜の煮浸し まいたけスープ 果物	ロールキャベツ スパゲッティ-サラダ いものこ汁 果物	ちらし寿司 エビフライ コンビネーションサラダ 菜の花のお吸い物 果物	ずこもり卵 なめたけの和え物 鶏とごぼうのみそ汁 果物	揚げ鶏の中華風 五目和え オニオンスープ 果物	幼児牛乳 お菓子
乳児昼食	豚肉と青菜のご飯	ご飯	幼児に同じ	バターライス	桜えびのチャーハン	
乳児おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	ほうじ茶 きな粉クリームヨーグルト	牛乳 揚げたこ	カルピス 桜餅・雛あられ	ほっとレモン 芋団子バター焼き	牛乳 アメリカンドック	
日付	8	9	10	11	12	13
献立名	ひじき入り肉団子 野菜のみそマヨネーズ和え すまし汁 果物	塩焼きそば 大根カニサラダ 白菜のみそ汁 果物	チキンカレー わかめと豆腐のサラダ はんぺんスープ 果物	焼きカレイ すき昆布炒め煮 芋煮汁 果物	メンチカツ 五目納豆 キャベツのみそ汁 果物	幼児牛乳 お菓子
乳児昼食	枝豆栗ご飯	納豆ご飯	ご飯 エビフライ	梅ご飯	麦ご飯	
乳児おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	牛乳 おさつカナッペ	牛乳 野菜チップス	牛乳 カステラ	牛乳 おでん風煮	牛乳 ジョア フルーベリー ジャコトースト	
日付	15	16	17	18	19	20
献立名	煮込みハンバーグ シーチキンサラダ あさりのみそ汁 果物	誕生会 (バイキング)	ミートスパゲッティ- きのこサラダ 小松菜のみそ汁 果物	ピピムバム かぶときゅうりの和え物 ピエロー風スープ 果物	イカフライ ポテトサラダ メカフスープ 果物	春分の日 卒園式
乳児昼食	ふりかけご飯	幼児に同じ	ご飯	ご飯 佃煮	きびご飯	
乳児おやつ	ヤクルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	牛乳 ミニフランクフルト	ほうじ茶 ショートケーキ	りんご果汁 きな粉フレンチトースト	牛乳 小豆ぼっとう	牛乳 ジョア ストロベリー ワッフル	
日付	22	23	24	25	26	27
献立名	鮭の磯辺揚げ ウイナー ゴマ味噌和え けんちん汁 果物	マカロニグラタン フロッコリー-サラダ きのこスープ 果物	ツナ入りスクランブルエッグ 三色おかか和え 鶏肉のスープ 果物	鶏肉のカリカリ揚げ すき昆布サラダ にらのみそ汁 果物	豆腐の中華煮 切干とシーチキンの和え物 わかめスープ 果物	幼児牛乳 お菓子
乳児昼食	鶏ごぼう釜めし	ご飯	お赤飯	ゆかりご飯	麦ご飯	
乳児おやつ	牛乳	豆乳	野菜&フルーツ	牛乳	牛乳	
3時のおやつ	牛乳 フリッツ	ジョア マスカット CAせんべい	牛乳 サキイカ	牛乳 エビチビ	牛乳 チップスター	
日付	29	30	31			
献立名	ぶどうパン ベーコンとカボチャのシチュー 切り干しとメカフの酢の物 明とじスープ 果物	給食お休みの日 	給食お休みの日 			
乳児昼食	幼児に同じ					
乳児おやつ	牛乳	果汁	果汁			
3時のおやつ	牛乳 サフシ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子			

3月の平均給与栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンC
3歳以上児	558kcal	20.6g	17.5g	234mg	2.4mg	29mg
3歳未満児	490kcal	19.0g	17.3g	309mg	1.7mg	20mg