

令和2年度 3月



献立予定表



上陽保育園

日	曜日	行事	献立名		
			3歳未満児 10時のおやつ	昼食	
1	月		小丸ちゃん、はちみつりんご	ロールパン、★クリームシチュー、ブロッコリーとツナのサラダ、いよかん	プチスティック、牛乳
2	火		あにまるクッキー、野菜ジュース	白飯、★南瓜コロッケ、ポイルキャベツ、大根とえのきの味噌汁、オレンジ	ホットケーキ、牛乳
3	水	体育指導(以)	パリパリポテト、ジョア	ちらし寿司、鶏肉のエスニック揚げ、春雨サラダ、花麩のすまし汁、いちご	桜餅、あられ、麦茶
4	木		スティック胡瓜、ヤクルト	★ミートソーススパゲティ、小松菜サラダ、かきたま汁、グレープフルーツ	焼きいも、牛乳
5	金	お別れ遠足	かみかみ昆布、牛乳	白飯、豆腐のチャンプル、ポイルウインナー、キャベツの味噌汁、バナナ	ゼリー、きなこせんべい
6	土		ウエハース、ピルクル	調理パン、牛乳	
7	日				
8	月		ミニボンせん、はちみつりんご	ポークカレー、大根サラダ、わかめスープ、グレープフルーツ	きかん棒、牛乳
9	火	防犯訓練	スティック胡瓜、牛乳	白飯、ハニーマスタードチキン、ひじきの華風和え、ミネストローネ、オレンジ	たこ焼きボール、野菜ジュース
10	水		いわしおかき、オレンジジュース	白飯、まぐろの五色揚げ、ほうれん草のごま和え、なめこの味噌汁、いちご	たいやき、牛乳
11	木		おさつでポン、ヤクルト	磯うどん、豆腐のふわふわ焼き、小松菜としめじの海苔酢和え、いよかん	かぼちゃケーキ、牛乳
12	金		チーズ、野菜ジュース	ふりかけごはん、筑前煮、胡瓜のナムル、青梗菜と卵のスープ、バナナ	ヨーグルト、クラッカー
13	土		ザラメせんべい、ピルクル	調理パン、牛乳	
14	日				
15	月		かみかみ昆布、ヤクルト	★麻婆丼、お花畑サラダ、切干大根の味噌汁、オレンジ	あにまるビスケット、牛乳
16	火	避難訓練、安全点検日	チーズ、野菜ジュース	白飯、肉団子のもち米蒸し、ほうれん草のなめ茸和え、コーンスープ、いちご	じゃがバター、牛乳
17	水	第1回卒園式予行練習	どーナつ棒、はちみつりんご	白飯、鮭のレモン焼き、南瓜サラダ、★韓国風わかめスープ、グレープフルーツ	付け合せパン、牛乳
18	木	体位測定(以)、旬の食材の日	スティック胡瓜、ジョア	白飯、鶏肉の味噌からめ焼き、セロリと大根のサラダ、豆乳の味噌汁、いよかん	ボンボンドーナツ、麦茶
19	金	体位測定(未)、彼岸供養	南瓜ポーロ、牛乳	マカロニグラタン、ブロッコリーサラダ、えのきともやしのスープ、バナナ	おはぎ、麦茶
20	土	春分の日			
21	日				
22	月	第2回卒園式予行練習	豆花クッキー、はちみつりんご	中華丼、マカロニサラダ、じゃが芋の味噌汁、バナナ	星っこ、牛乳
23	火	お別れ会	かみかみ昆布、牛乳	白飯、★チーズハンバーグ、中華サラダ、トマトと卵のスープ、オレンジ	フルーツパフェ
24	水	一時保育終了	野菜ウエハース、ヤクルト	わかめご飯、★肉じゃがコロッケ、ポイルキャベツ、大根とわかめの味噌汁、いちご	今川焼き、牛乳
25	木		ミニボンせん、りんごジュース	★カレーうどん、厚焼き卵、ブロッコリーのおかか和え、はっさく	スイートポテト、牛乳
26	金	卒園式		祝菓子	
27	土	職員会議	玄米おかき、ピルクル	調理パン、牛乳	
28	日				
29	月		ミニのりすけ、はちみつりんご	白飯、かじきの味噌マヨ焼き、スパゲティサラダ、小松菜の味噌汁、バナナ	ミレービスケット、牛乳
30	火		かみかみ昆布、野菜ジュース	白飯、つくね焼き、キャベツとハムのサラダ、春雨スープ、いちご	コロコロチーズパン、ジョア
31	水		じゃがいもおかき、ヤクルト	さくらご飯、鶏肉のから揚げ、かみかみ和え、白菜の味噌汁、オレンジ	中国式カステラ、牛乳

3月分平均栄養価 3歳未満児：エネルギー501kcal：たんぱく質16.7g：脂質15.3g：塩分1.9g
 3歳以上児：エネルギー567kcal：たんぱく質19.9g：脂質18.1g：塩分2.3g

※★印ゴシック体の文字はゆり組のリクエストメニューです。
 ※明朝体の文字は旬の食材のセロリを使用したメニューです。

