

3月分給食予定献立表

30年 泉チェリー保育園

日	曜日	未満児のおやつ	主食	昼食	午後のおやつ	
1	木	ヨーグルト	うどん	ちくわの磯辺揚げ もやし炒め オレンジ	フルーツポンチ せんべい	
2	金	ジュース	ごはん	ちらし寿司 菜の花のすまし汁 いちご	ひなまつりゼリー	
3	土	クラッカー 牛乳	ごはん	厚揚げのケチャップ煮 豆麩の味噌汁 バナナ	米粉ケーキ ジュース	
4	日					
5	月	ゼリー	ごはん	おから炒り 青菜の味噌汁 オレンジ	マドレーヌ 牛乳	
6	火	乳酸菌飲料	パン	卵焼き 野菜のごま煮 バナナ 牛乳	昆布おにぎり お茶	
7	水	せんべい	ごはん	まぐろの中華煮 なめこ汁 りんご	ホットドッグ 牛乳	
8	木	ヨーグルト	卒園児を送る会			フライドポテト 牛乳
9	金	ジュース	ごはん	大根のそぼろ煮 キャベツの味噌汁 りんご	手作りクッキー 牛乳	
10	土	クラッカー 牛乳	ごはん	鮭のみぞれ煮 のり汁 バナナ	米粉ケーキ ジュース	
11	日					
12	月	ゼリー	ごはん	肉豆腐 わかめの味噌汁 オレンジ	チーズパイ 牛乳	
13	火	乳酸菌飲料	パン	鶏肉のオレンジ焼き 野菜炒め バナナ 牛乳	焼きうどん お茶	
14	水	せんべい	ごはん	さわらの味噌煮 かきたま汁 りんご	揚げパン 牛乳	
15	木	ヨーグルト	スパゲティ	ミートソーススパゲティ アスパラサラダ オレンジ	ごまだんご お茶	
16	金	ジュース	ごはん	大豆カレー ブロッコリー煮 りんご	いちごヨーグルト ウエハース	
17	土	卒園式				
18	日					
19	月	ゼリー	ごはん	おから炒り 青菜の味噌汁 オレンジ	カステラ 牛乳	
20	火	乳酸菌飲料	パン	卵焼き 野菜のごま煮 バナナ 牛乳	ツナスパゲティ お茶	
21	水	春分の日				
22	木	ヨーグルト	うどん	ちくわの磯辺揚げ もやし炒め オレンジ	ぼたもち お茶	
23	金	ジュース	ごはん	大根のそぼろ煮 キャベツの味噌汁 りんご	クラッカー ゼリー	
24	土	クラッカー 牛乳	ごはん	鮭のみぞれ煮 のり汁 バナナ	米粉ケーキ ジュース	
25	日					
26	月	ゼリー	ごはん	肉豆腐 わかめの味噌汁 オレンジ	クロワッサン 牛乳	
27	火	乳酸菌飲料	パン	鶏肉のオレンジ焼き 野菜炒め バナナ 牛乳	鮭のりごはん お茶	
28	水	せんべい	ごはん	さわらの味噌煮 かきたま汁 りんご	焼きいも 牛乳	
29	木	ヨーグルト	スパゲティ	ミートソーススパゲティ アスパラサラダ オレンジ	五平もち お茶	
30	金	ジュース	ごはん	大豆カレー ブロッコリー煮 りんご	ジャムサンドパン 牛乳	
31	土	クラッカー 牛乳	ごはん	厚揚げのケチャップ煮 豆麩の味噌汁 バナナ		

今月の栄養価				
エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分量 g	
3才未満児	533	17.7	15.6	1.5
3才以上児	629	21.2	20.0	1.8

- 食育活動**
- 6日 おにぎり作り ペガサス・オリオン座組
 - 9日 クッキー作り 卒園児
 - 12日 給食盛り付け カシオペア座組(オレンジ・ホワイト)
 - 15日 だんご作り アンドロメダ座組

**“ひなあられ”
の歴史**

野外で神様を祭るときの、保存食として作られたのが始まりと言われています。春夏秋冬を表す「桃色・緑・黄・白の4色」が元々の色だったようです。

3月8日の卒園児を送る会の日
卒園児からのリクエストメニューです！！

- 3歳以上児
- ・えびカレー
 - ・ハムカツ
 - ・春雨サラダ
 - ・いちご

- 3歳未満児
- ・えびカレー
 - ・春雨サラダ
 - ・いちご

