



3月の献立表

※午前のおやつ・主食は、3歳未満児のみです。 3歳未満児のカロリー
 ※午後のおやつの牛乳は、3歳以上児はミルクです。3歳以上児のカロリー
 ※材料の都合で献立を、変更する場合があります。



日付	3歳未満児		昼食	午後のおやつ
	午前おやつ	主食		
2 月	牛乳	御飯	ささみフライ マセドアンサラダ	240 kcal
	バナナ		味噌汁	301 kcal
3 火	牛乳	御飯	魚の天ぷら 中華サラダ	204 kcal
	ウエハース		味噌汁	256 kcal
4 水	牛乳	御飯	ちらし寿司	234 kcal
	クッキー		すまし汁	349 kcal
5 木	牛乳	御飯	じやがいもの煮物 ふりかけ	203 kcal
	かりんとう		バナナ	254 kcal
6 金	牛乳	御飯	ひじきのいり煮 ウインナーソテー	127 kcal
	クラッカー		味噌汁	163 kcal
7 土	牛乳	御飯	カレー	129 kcal
	カステラ			161 kcal
9 月	牛乳	御飯	豆腐の味噌からめ すまし汁	225 kcal
	パイ		ツナとキュウリのマヨ和え	283 kcal
10 火	牛乳	御飯	タンドリーチキン風 フレンチサラダ風	168 kcal
	ボーロ		味噌汁	210 kcal
11 水	牛乳	麺	ミートスパゲッティ 卵スープ	270 kcal
	あられ		バナナ	339 kcal
12 木	牛乳	御飯	おたのしみ献立	おたのしみおやつ
	せんべい			
13 金	牛乳	御飯	鶏肉のレモン煮 ポテトサラダ	292 kcal
	ビスケット		味噌汁	366 kcal
14 土	牛乳	御飯	豚汁	126 kcal
	ウエハース			158 kcal
16 月	牛乳	御飯	若鶏の照り焼き 味噌汁	215 kcal
	クッキー		ほうれん草とツナのサラダ'	270 kcal

日付	3歳未満児		昼食	午後のおやつ
	午前おやつ	主食		
17 火	牛乳	御飯	ハンバーグ 付合せ	222 kcal
	ヨーグルト		もやしスープ バナナ	279 kcal
18 水	牛乳	御飯	味御飯 味噌汁	216 kcal
	かりんとう		パイン缶	328 kcal
19 木	牛乳	御飯	鯛のオーロラソースかけ 中華スープ	214 kcal
	クラッカー		ほうれん草とトマトのツナト'レ	271 kcal
21 土	牛乳	御飯	ハヤシシチュー	117 kcal
	カステラ			146 kcal
23 月	牛乳	御飯	肉と野菜の煮物 ふりかけ	174 kcal
	パイ		みかんゼリー	216 kcal
24 火	牛乳	御飯	キーマカレー バナナ	198 kcal
	ボーロ			247 kcal
25 水	牛乳	御飯	三色御飯 味噌汁	266 kcal
	あられ			390 kcal
26 木	牛乳	御飯	魚の煮付け マカロニサラダ	257 kcal
	せんべい		味噌汁	321 kcal
27 金	牛乳	御飯	鶏肉から揚げ スpagetiサラダ	244 kcal
	バナナ		ふりかけ みかん缶	306 kcal
28 土	牛乳	御飯	どさんこ汁	88 kcal
	ビスケット			112 kcal
30 月	牛乳	御飯	すきやき風煮 ふりかけ	146 kcal
	ウエハース		バナナ	182 kcal
31 火	牛乳	御飯	鶏肉とじやが芋の南蛮煮	131 kcal
	クッキー		パイン缶	162 kcal

手作りおやつ

4日(水)

5日(木)

6日(金)
16日(月)
18日(水)
23日(月)
24日(火)