



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

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

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)