

3月分給食予定献立表

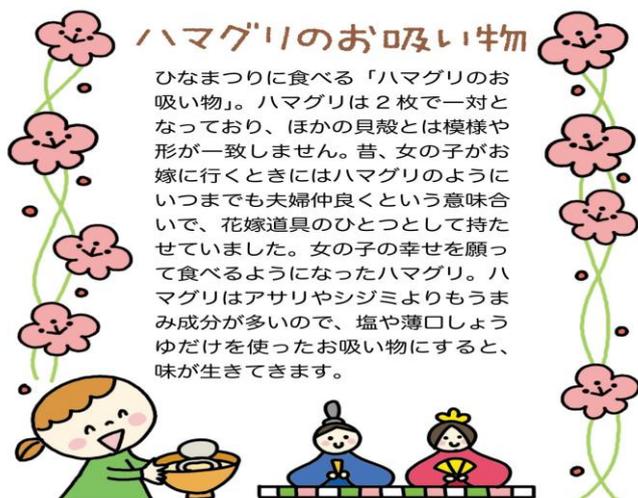
8年 泉チェリーこども園

日	曜日	未満児のおやつ	主食	昼食	午後のおやつ
1	日				
2	月	せんべい	ごはん	おから炒り 豚汁 オレンジ	シュガーパイ 牛乳
3	火	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
4	水	せんべい	ごはん	さばの味噌焼き 白菜のすまし汁 りんご	ジャムサンドパン 牛乳
5	木	ヨーグルト	スパゲティ	ナポリタン チーズサラダ グレープフルーツ	おかかごはん お茶
6	金	ゼリー	ごはん	ドライカレー チキンスープ オレンジ	ビスケット 牛乳
7	土	クラッカー 牛乳	ごはん	根菜のきんぴら のり汁 バナナ	せんべい ジュース
8	日				
9	月	せんべい	ごはん	炒り豆腐 けんちん汁 オレンジ	カステラ 牛乳
10	火	ゼリー	パン	鶏肉のオレンジ焼き ミネストローネスープ バナナ 牛乳	焼きそば お茶
11	水	せんべい	ごはん	鮭のごま焼き さつまい りんご	ピザトースト 牛乳
12	木	ヨーグルト	うどん	肉味噌うどん ツナ和え グレープフルーツ	ひじきごはん お茶
13	金	ジュース	ごはん	ウインナーカレー チーズサラダ いちご	オレンジケーキ 牛乳
14	土			卒園式	
15	日				
16	月	せんべい	ごはん	おから炒り 豚汁 オレンジ	バウムクーヘン 牛乳
17	火	ゼリー	食パン	ハムカツ 野菜スープ バナナ 牛乳	和風ごはんピザ お茶
18	水	せんべい	ごはん	さばの味噌焼き 白菜のすまし汁 りんご	カレーパン 牛乳
19	木	ヨーグルト	スパゲティ	ナポリタン チーズサラダ グレープフルーツ	ぼたもち お茶
20	金			春分の日	
21	土	クラッカー 牛乳	ごはん	根菜のきんぴら のり汁 バナナ	せんべい ジュース
22	日				
23	月	せんべい	ごはん	炒り豆腐 けんちん汁 オレンジ	人参蒸しパン 牛乳
24	火	ゼリー	パン	鶏肉のオレンジ焼き ミネストローネスープ バナナ 牛乳	そばろ丼 お茶
25	水	せんべい	ごはん	鮭のごま焼き さつまい りんご	クラッカー 牛乳
26	木	ヨーグルト	うどん	肉味噌うどん ツナ和え グレープフルーツ	フライドポテト 牛乳
27	金	ジュース	ごはん	ドライカレー チキンスープ オレンジ	ドリア お茶
28	土			土曜保育なし	
29	日				
30	月	せんべい	ごはん	五目豆腐 かきたま汁 オレンジ	スイートポテト 牛乳
31	火	ゼリー	パン	ハムカツ 野菜スープ バナナ 牛乳	焼きうどん お茶

今月の栄養価				
	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
3才未満児	519	18.0	15.3	1.6
3才以上児	587	21.4	18.3	1.7

食育活動

- 3日 ゼリートopping グ ペガサス・オリオン座組
- 4日 ジャムパイ作り アンドロメダ座組
- 6日 クッキー作り カシオペア座組(オレンジ・ホワイト)



ハマグリのお吸い物

ひなまつりに食べる「ハマグリのお吸い物」。ハマグリは2枚で一对となっており、ほかの貝殻とは模様や形が一致しません。昔、女の子がお嫁に行くときにはハマグリのようにいつまでも夫婦仲良くという意味合いで、花嫁道具のひとつとして持たせていました。女の子の幸せを願って食べるようになったハマグリ。ハマグリはアサリやシジミよりもうまみ成分が多いので、塩や薄口しょうゆだけを使ったお吸い物にすると、味が生きてきます。

13日 カシオペア座組(オレンジ・ホワイト)
卒園児のリクエストメニューです！！

昼食 カシオペア座組

- ・ウインナーカレー
- ・ハムカツ
- ・チーズサラダ
- ・いちご