



3月献立表



2025.2.28

納内保育園

| 日 | 曜 | 午前おやつ 3歳未満児 | | 全園児 食 | | 午後おやつ 全園児 | | 備考 | |
|-----------|-------------|-----------------|---|---|---|------------------------------------|---|---------------------------|--|
| | | | | | | | | | |
| 1 | 15 | 土 | 牛乳 果物 | わかめうどん ジャーマンポテト オレンジ | | 牛乳 お菓子 | | 3歳以上児 ご飯は必要 ありません | |
| 3 こひまり | 3 | 月 | 牛乳 りんご | 綿ハッピーおひなさまランチ綿 おひなさまいなり 鶏のから揚げ 花形にんじん・きゅうり すまし汁(菜の花・かまぼこ) | | カルピス ひなあられ 0歳児:卵ポーロ プチゼリー | | 3歳以上児 ご飯は必要 ありません | |
| | | 17 | 月 | 牛乳 りんご | カレー肉じゃが ブロッコリーのおかかマヨ和え みそ汁(厚揚げ・水菜) パイン | 焼きのり ごはん | 牛乳 バナナの パンケーキ | 3歳以上児 おにぎりの日 | |
| 4 | 18 | 火 | 牛乳 グレープ フルーツ | さばのおろし煮(18日 たら) 野菜の磯和え みそ汁(じゃが芋・小松菜) りんご | | ごはん | 牛乳 きなこ団子 0歳:マカきな粉 牛乳 ぼたもち 0歳:マカきな粉 | | |
| 5 | 19 | 水 | 牛乳 オレンジ | 豆腐のふんわり揚げ きゅうりともやしの酢の物 みそ汁(大根・しめじ) ミニトマト | | ごはん | 牛乳 コーンフレーク バナナ | | |
| 6 | 20 | 木 | 牛乳 バナナ | 五目うどん コロコロしゅうまい オレンジ | | 麦茶 お好み焼き | | | |
| 7 | 21 | 金 | フルーツ ヨーグルト | ポークカレー 中華風サラダ かぶのスープ | | ごはん | フルーチェ (いちご) ☆小魚 | | |
| 8 | 22 | 土 | 牛乳 果物 | ミートソーススパゲッティ ボイル野菜のみそドレッシング 麦茶 | | 牛乳 お菓子 | | 3歳以上児 ご飯は必要 ありません | |
| 10 | 24 | 月 | 牛乳 キウイ | みそおでん きゅうりの塩昆布和え すまし汁(ふ・えのき・かまぼこ) りんご | | 鮭ごはん | 牛乳 マシュマロ フレーク | 3歳以上児 おにぎりの日 | |
| 11 | 25 | 火 | 牛乳 りんご | レバー入りハンバーグ コールスローサラダ コーンスープ パイン | | 食パン | 麦茶 わかめおにぎり | 3歳以上児 主食がパンで もよい日です | |
| 12 | 26 お楽しみ会 | 水 | 牛乳 バナナ | ほっけフライ 干草和え ミニトマト みそ汁(なめこ・高野豆腐) | | ごはん | ヨーグルトの フルーツ添え ビスケット(A字) | | |
| 13 | | 木 | 牛乳 バナナ | ☆わくわくお楽しみ会ランチ☆ ソースかつ丼(ボイルキャベツ) オレンジ みそ汁(じゃが芋・わかめ・ねぎ) | | 牛乳 いちごケーキ (米粉) | | 3歳以上児 ご飯は必要 ありません | |
| 14 | 28 | 金 | 牛乳 オレンジ | しょうゆラーメン 大豆の五目煮 バナナ | | 牛乳 ジャムサンド (いちご) | | | |
| 14 | 28 | 金 | フルーツ ヨーグルト | 高野豆腐とひき肉の煮物 焼きかぼちゃ みそ汁(もやし・わかめ) オレンジ | | ごはん | 牛乳 ☆昆布 型抜きクッキー | | |
| 29 | 土 | 午前保育のため給食はありません | | | | | | | |
| 31 | 月 | 牛乳 りんご | カレー肉じゃが ブロッコリーのおかかマヨ和え みそ汁(厚揚げ・水菜) パイン | | 焼きのり ごはん | 牛乳 バナナの パンケーキ | | 3歳以上児 おにぎりの日 | |

*3月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 439kcal、たんぱく質 17.0g、脂質 13.3gが平均給与量です。

*3月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 344kcal、たんぱく質 15.9g、脂質 13.5gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。