



給食予定献立表(未満児)

(令和5年度 3月分)



昼食			3時のおやつ	栄養価				
				エネルギー	蛋白質	脂質	食物繊維	塩分
1	金	三色丼、鶏の生姜煮、菜の花和え、すまし汁、苺	ヨーグルト 雛あられ、バナナ (カルビス)	509kcal	22.5g	15.7g	2.2g	1.8g
2	土	うどん、果物	ミルク 煎餅、ゼリー、ジュース	352kcal	8.1g	6.3g	2.2g	1.0g
4	月	きつねうどん、ひじき煮、オレンジ	ヨーグルト りんご蒸しパン (ミルク)	339kcal	16.3g	8.8g	4.4g	2.1g
5	火	ごはん、魚の香り揚げ、さつま芋サラダ、すまし汁、沢庵	ヨーグルト 苺、りんご、いよかん (ミルク)	495kcal	20.9g	16.7g	3.1g	1.4g
6	水	ご飯、華風スープ、レバー煮、野菜盛り合わせ、バナナ	ヨーグルト スパゲティナポリタン (ミルク)	462kcal	24.0g	9.3g	4.4g	1.8g
7	木	チョコグループリクエスト献立 ごはん、照り焼きチキン、ツナサラダ、味噌汁(なめこ)、りんご	ヨーグルト 蒸しパンケーキ (ミルク)	522kcal	22.0g	17.5g	1.8g	1.3g
8	金	パン、ミネストローネ、コーンサラダ	ヨーグルト カレードリア (ミルク)	493kcal	21.8g	17.9g	7.3g	2.0g
9	土	ピラフ、スープ、果物	ミルク 煎餅、ゼリー、ジュース	408kcal	10.8g	9.1g	1.5g	1.0g
11	月	ご飯、煮魚、大根の胡麻和え、すまし汁、いよかん	ヨーグルト スイートポテト (ミルク)	466kcal	21.7g	13.1g	3.2g	1.3g
12	火	ご飯、ハンバーグ、ケチャップソテー、スープ	ヨーグルト ジャムサンド (ミルク)	513kcal	23.0g	15.1g	3.9g	2.2g
13	水	お弁当の日	ヨーグルト 人参蒸しパン (ミルク)	187kcal	9.4g	4.1g	0.3g	0.3g
14	木	カレーライス、甘酢和え、りんご	ヨーグルト おにぎり (お茶)	371kcal	13.8g	9.2g	6.0g	1.6g
15	金	ご飯、五目大豆、南瓜甘煮、すまし汁、バナナ	ヨーグルト ポパイ蒸しパン (ミルク)	475kcal	20.8g	9.6g	5.0g	1.5g
16	土	うどん、果物	ミルク 煎餅、ゼリー、ジュース	352kcal	8.1g	6.3g	2.2g	1.0g
18	月	ご飯、タンドリーチキン、南瓜サラダ、すまし汁	ヨーグルト りんご、せんべい (お茶)	349kcal	14.7g	6.8g	2.4g	0.8g
19	火	ご飯、魚の甘酢煮、大根と白菜のサラダ、味噌汁	ヨーグルト ケーキ (ミルク)	500kcal	21.0g	16.3g	1.7g	1.2g
21	木	パン、から揚げ、ポテトサラダ、スープ、オレンジ	ヨーグルト レーズン蒸しパン (ミルク)	454kcal	19.7g	16.2g	5.5g	1.1g
22	金	ご飯、挽肉のオープン焼き、青菜のしらす和え、すまし汁、バナナ	ヨーグルト アップルサンド (ミルク)	465kcal	21.6g	10.7g	4.5g	1.5g
23	土	レトルトカレー	ミルク 卒園式の祝い菓子	496kcal	12.8g	9.8g	2.3g	1.0g
25	月	ご飯、鮭のハーブフライ、大豆サラダ、すまし汁	ミルク カナッペ (ミルク)	578kcal	25.2g	16.8g	3.7g	1.1g
26	火	ご飯、春野菜のシチュー、いわし缶、野菜盛り合わせ	ヨーグルト アップルポテト (ミルク)	490kcal	22.4g	11.6g	5.1g	1.5g
27	水	ごはん、麻婆豆腐、ハンサンスー、中華スープ	ヨーグルト シンテレラグラタン (ミルク)	525kcal	25.3g	19.4g	4.1g	5.9g
28	木	ご飯、レバーの揚げ煮、切干大根のサラダ、すまし汁	ヨーグルト マカロニの安倍川風 (ミルク)	396kcal	16.2g	12.8g	2.5g	1.7g
29	金	パン、チキンピーンズ、ツナ和え、オレンジ	ヨーグルト 黒糖蒸しパン (ミルク)	464kcal	22.6g	13.8g	8.1g	1.7g
30	土	うどん、果物	ミルク 煎餅、ゼリー、ジュース	352kcal	8.1g	6.3g	2.2g	1.0g

13日(水)はお弁当の日です(つくし組の完了食、すみれ組(後期食含む)以上のクラス)

●ちよつとご紹介 ～リクエスト献立～

3月に卒園を迎えるさくら組さんに卒園する前にもう一度食べたい給食を聞きました。グループごとに給食と、おやつのでん立をたてて貰いました。

3/2 チョコグループ 出野珠梨、斉藤誠太、高橋彩夏、村松汐

