

# 令和5年3月献立表

日にち	3月の旬食材		1	2	3	4	
曜日			水	木	金	土	
給食	<b>野菜：菜の花、チンゲン菜、レタス、春キャベツ、アスパラガス、たけのこ、新たまねぎ、新じゃが、かぶ</b>  <b>果物：清見オレンジ、せとか、いちご</b>  <b>魚介類：さわら、フリ、カレイ</b>		きのこのいっぱい炊き込みごはん	しらすとしその和風パスタ	カップちらし寿司	タンメン	
おやつ			さばの塩焼き	春キャベツのサラダ	鮭の照り焼き	ちくわのサラダ	
エネルギー			切り干し大根	バーリースープ	菜の花のお浸し	カルピス寒天	
延長食			若竹汁	ヨーグルト	手まり麩のすまし汁	三色ゼリー	
給食			せとか(つき組：牛乳)	からまつあげあげパン	玉子雑炊	桜餅	ゆかりおにぎり
おやつ			麦茶	麦茶	緑茶	麦茶	
エネルギー			乳児 420 幼児 535	乳児 475 幼児 508	乳児 464 幼児 548	乳児 489 幼児 545	
延長食			ヨーグルト	ジャムクラッカーサンド	おせんべい	クッキー	
日にち	6	7	8	9	10	11	
曜日	月	火	水	木	金	土	
給食	三色井	長崎ちゃんぽん	胚芽米 納豆	オムライス	乳児：胚芽米	きつねうどん	
おやつ	厚揚げの煮物	しゅうまい	鮭の幽庵焼き	チキンロール	幼児：五目ごはん(防災食)	新じゃがの煮物	
エネルギー	ほうれん草とねぎの味噌汁	サラダ菜	きゅうりの酢の物	ツナマカロニサラダ	擬製豆腐	オレンジ寒天	
延長食	いちご	ヨーグルト (つき組：牛乳)	新玉ねぎの味噌汁	ポクポクポトフ	土佐漬け わかめの味噌汁		
給食	ハムチーズサンド	お楽しみおにぎり	なすとベーコンのグラタン	手作りポテトチップス	手作りジャムクラッカーサンド	フランクフルト	
おやつ	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
エネルギー	乳児 478 幼児 568	乳児 421 幼児 522	乳児 472 幼児 504	乳児 499 幼児 593	乳児 507 幼児 583	乳児 411 幼児 550	
延長食	わかめおにぎり	チーズクラッカーサンド	汁そば	クリームパン	ふりかけおにぎり	おせんべい	
日にち	13	14	15	16	17	18	
曜日	月	火	水	木	金	土	
給食	マーボーライス	ハートのホワイトクリームライス	<b>卒園パーティー メニュー♪</b>		胚芽米 たくあん	からまつラーメン	
おやつ	チンゲン菜の和え物	ハートのミモザサラダ			新肉じゃが	焼きそば	
エネルギー	中華風玉子スープ	リボンのスープ			和風サラダ	ポテトサラダ	
延長食	清美オレンジ	ホワイトゼリー			菜の花のすまし汁	わかめスープ	
給食	ちゃんぽんうどん	ピンクブラウン	フルーツヨーグルト	五平餅	手作りお祝いまんじゅう	デコレーションプリン	
おやつ	麦茶	ミルクティ	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
エネルギー	乳児 470 幼児 503	乳児 445 幼児 612	乳児 515 幼児 615	乳児 442 幼児 542	乳児 511 幼児 616	乳児 452 幼児 524	
延長食	じゃがいももち	ジャムクラッカーサンド	おせんべい	ジャムパン	ゆかりおにぎり	クッキー	
日にち	20	21	22	23	24	25	
曜日	月	火	水	木	金	土	
給食	チャレンジ！カレー	<b>春分の日</b>		からまつバーガー	あんかけ焼きそば	胚芽米	
おやつ	春いっぱいサラダ			フライドポテト	鶏ときゅうりの中華サラダ	さわらの甘酢かけ	
エネルギー	春キャベツのスープ			ほうれん草のソテー	かき玉汁	ピーマンとパプリカの塩昆布和え	
延長食	いちご (つき組：牛乳)			コーンポタージュ	オレンジ寒天 (つき組：牛乳)	かぶの味噌汁	
給食	ぼたもち			フルーツヨーグルト	フルーツ寒天 (つき組：牛乳)	フルーポンチ	
おやつ	麦茶			ごぼうと油揚げのひつつみ	豆乳くずもち	からまつ豆腐ドーナツ	
エネルギー	乳児 495 幼児 606			麦茶	麦茶	麦茶	
延長食	ふりかけおにぎり			ふりかけおにぎり	ふりかけおにぎり	おせんべい	
日にち	27	28	29	30	31	<div style="text-align: center;">  <p>1年間ありがとう からまつ スペシャルランチ</p> </div>	
曜日	月	火	水	木	金		
給食	たけのこごはん	胚芽米	春のおにぎり	豆乳担々麺			
おやつ	からまつ炒り鶏	野菜たっぷりブルコギ	鶏の照り焼き	ポテト春巻き			
エネルギー	わかめの酢の物	春雨サラダ	くるくるハムチーズ	スナップエンドウ			
延長食	豆腐とキャベツの味噌汁	レタスの中華汁	ブロッコリー	いちご			
給食	せとか	グレープ寒天(つき組：牛乳)	りんごジュース	抹茶プリン	コーンフレーク		
おやつ	チュロス	フルーツサンド	たけのこ入りスパゲティ	抹茶プリン	麦茶		
エネルギー	乳児 478 幼児 528	乳児 499 幼児 595	乳児 492 幼児 523	乳児 442 幼児 519	乳児 515 幼児 615		
延長食	じゃがいももち	ゆかりおにぎり	ジャムパン	クッキー	チーズクラッカーサンド		