3月行事・献立予定

令和6年度　　こどもパル

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	朝のおやつ	３時のおやつ
1	土				牛乳　せんべい	りんごジュース ソフトあられ
3	月	ひなまつり	ちらし寿司 ♥鶏肉の竜田揚げ　ボイル野菜 チーズ　菜の花のすまし汁　いちご	卵　人参　蓮根　かんぴょう　椎茸　さやえんどう　きゅうり 鶏肉　にんにく　しょうが　ブロッコリー　人参 チーズ　菜の花　手毬麩　いちご	♥りんごジュース ♥焼いもクッキー	ひなまつりゼリー ひなあられ
4	火	身体測定	♥野菜ラーメン 切干大根の旨煮　ウインナー オレンジ	中華麺　豚肉　玉ねぎ　人参　白菜　もやし　ねぎ 切干大根　人参　しいたけ　ちくわ　いんげん　ウインナー オレンジ	牛乳　バナナ	牛乳　♥ピザパン
5	水		若鶏の中華漬け かみかみ和え 豆腐の中華スープ　バナナ	鶏肉　生姜　にんにく　ねぎ 切干大根　キャベツ　きゅうり　人参　ごま　ハム 豆腐　玉ねぎ　人参　ねぎ　バナナ	牛乳　ビスケット	ヨーグルト
6	木	絵本貸し出し	ほうれん草のグラタン ブロッコリーのドレッシング和え ベーコンスープ　パイン	鶏肉　マカロニ　玉ねぎ　ほうれん草　バター　牛乳　チーズ ブロッコリー　きゅうり　人参 ベーコン　玉ねぎ　じゃが芋　人参　パセリ　パイン	牛乳 スティックパン	フルーツゼリー ウエハース
7	金		筑前煮 ♥焼きししゃも 麩のすまし汁　バナナ	鶏肉　人参　たけのこ　蓮根　ごぼう　里芋　椎茸 さやいんげん　ししゃも 玉ねぎ　ねぎ　小松菜　麩　　バナナ	牛乳　ビスケット	牛乳　ミニドッグ
8	土				牛乳　サブレ	オレンジジュース クラッカー
10	月	絵本返却	焼きそば　ごぼうのから揚げ 白ネギのあったかスープ いちご	中華麺　豚肉　人参　玉ねぎ　キャベツ　もやし　青のり　ごぼう ねぎ　ベーコン　玉ねぎ　人参　かぶ　しめじ　しょうが いちご	牛乳　ウエハース	牛乳 ♥サンドイッチ
11	火	安全指導の日	♥揚げ餃子　伴三糸 ♥えのきのかき玉スープ ♥大きないちご	豚肉　キャベツ　玉ねぎ　餃子の皮　生姜 春雨　キャベツ　きゅうり　人参　もやし　ハム 玉ねぎ　えのき　にら　卵　　いちご	豆乳　♥クッキー	野菜ジュース ♥りんごケーキ
12	水		鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 人参のポタージュ　みかん	鮭 ひじき　人参　こんにゃく　さつま揚げ　いんげん 人参　じゃが芋　玉ねぎ　パセリ　バター　牛乳　みかん	牛乳　せんべい	飲むヨーグルト じゃこチーズトースト
13	木		チャプチェ きゅうりとささ身の和え物 わかめスープ　バナナ	春雨　牛肉　人参　玉ねぎ　にら　たけのこ　ごま 鶏肉　きゅうり　しめじ　人参　ごま わかめ　玉ねぎ　チンゲン菜　バナナ	牛乳　ボーロ	牛乳　桜餅
14	金	お弁当の日 布団持ち帰り	お弁当の日		野菜ジュース せんべい	♥わかめうどん
15	土				牛乳 ソフトあられ	りんごジュース せんべい
17	月		スパゲティーナポリタン キャベツのフレンチサラダ 野菜のミルクのスープ グレープフルーツ	スパゲティ　牛肉　豚肉　玉ねぎ　人参　ピーマン　チーズ キャベツ　きゅうり　ブロッコリー 玉ねぎ　人参　ベーコン　ほうれん草　牛乳 グレープフルーツ	豆乳　米菓子	牛乳 フランスパン せんべい
18	火		松風焼 サクサクれんこんサラダ 油揚げの味噌汁　♥りんご	鶏肉　人参　ねぎ　ごま れんこん　人参　きゅうり　コーン　レタス　ひじき　ハム しめじ　玉ねぎ　油揚げ　ねぎ　りんご	ヨーグルト	牛乳 ビスケット
19	水	食育の日	★焼鯖の夕焼けソース ブロッコリーの香り和え ★わかピーふりかけ　なめこ汁　いちご	鯖　人参 ブロッコリー　人参　かつお節 しそわかめ　ピーマン　人参　なめこ　豆腐　ねぎ　いちご	牛乳　ビスケット	牛乳　★みそラスク
21	金	避難訓練	豚大根 ほうれん草の磯香和え 油揚げの味噌汁　オレンジ	豚肉　大根　人参　ごぼう　生姜 ほうれん草　人参　もやし　のり佃煮 油揚げ　玉ねぎ　人参　わかめ　オレンジ	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳　♥卵サンド
22	土				牛乳　クラッカー	オレンジジュース せんべい
24	月		♥天ぷらうどん　ウインナー ほうれん草のおかか和え オレンジ	うどん　玉ねぎ　春菊　人参　ねぎ　なると　ウインナー ほうれん草　人参　もやし　かつお節 オレンジ	牛乳　せんべい	牛乳 ごまごま豆腐パン
25	火	お別れ会	おたのしみランチ	鶏肉　玉ねぎ　人参　しめじ　バター　グリンピース　エビ ブロッコリー　きゅうり　レタス　じゃが芋 スパゲティ　パイン	♥みかんジュース ♥クッキー	豆乳 いちごケーキ
26	水	布団全部持ち帰り	ポークカレー 福神漬け バナナ	豚肉　玉ねぎ　じゃが芋　人参　南瓜 福神漬け バナナ	牛乳　米菓子	豆乳　せんべい
27	木	┐希望登所4/3まで	♥煮魚 マカロニサラダ 小松菜と花麩のすまし汁　りんご	赤魚　生姜 キャベツ　マカロニ　きゅうり　人参　コーン　チーズ 玉ねぎ　小松菜　麩　ねぎ　りんご	牛乳　ウエハース	飲むヨーグルト ♥栗きんとん
28	金	│布団持ち帰り	豚肉の生姜焼き さわやかキャベツ ベーコンスープ　オレンジ	豚肉　玉ねぎ　にら　生姜 キャベツ　きゅうり　パイン ベーコン　人参　じゃが芋　玉ねぎ　パセリ　オレンジ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳　ビスケット
29	土	│			牛乳 ソフトあられ	りんごジュース クラッカー
31	月	│	魚フライ ポテトサラダ キャベツの味噌汁　オレンジ	おひょう　卵 じゃが芋　きゅうり　ハム　人参 キャベツ　玉ねぎ　人参　オレンジ	牛乳　ボーロ	牛乳　ジャムサンド

おめでとうランチ・・・チキンライス　エビフライ　♥ポテトフライ　ブロッコリーサラダ　♥スパソテー　♥スープ　パイン

食育の日のサンプル展示は1.2歳児です。主食（御飯）の量は70ｇです。

今月の果物はいちご、りんご、パイン、オレンジ、グレープフルーツ。バナナを予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。★印は新メニューです。♥印はリクエストメニューです。