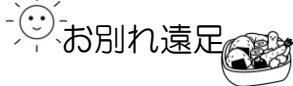
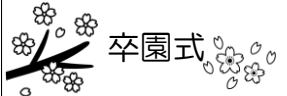
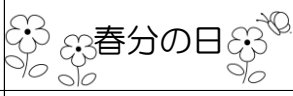


小ヶ倉こども園

2023年03月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前			1 牛乳、バナナ	2 牛乳、りんご	3 牛乳、バナナ	4 牛乳、Caウエハース
昼食			ごはん、レバーのトマト煮、きゅうりもみ、春雨スープ、りんご	ごはん、ちゃんぽん、野菜の炒り卵、トマト、でこぼん	ちらし寿司、手羽中の煮物、ブロッコリーのドレッシングがけ、菜の花と手まり麩のお吸い物、いちご	ごはん、じゃがいものそぼろ煮、枝豆（以上児）、大根の味噌汁、バナナ
午後			牛乳、小魚アーモンド	牛乳、クロックムッシュ	カルピス、ロールケーキ（いちご）、ひなあられ	牛乳、かりんとう、ルヴァンクラッカー
午前	6 牛乳、りんご	7 牛乳、バナナ	8 牛乳、ぼんかん	9 ひとくちビスケット	10 ヨーグルト	11 牛乳、コーンフレーク
昼食	ごはん、スペイン風オムレツ、スナッペン、オニオンスープ、でこぼん	十六穀ごはん、魚のチーズピカタ、三色サラダ、ジュリアンスープ	ごはん、大豆コーンチャウダー、ブロッコリーのマヨネーズがけ、玉子焼き、バナナ	 お別れ遠足	ごはん、鶏のからあげごま風味、ジャーマンポテト、ころころサラダ、わかめ卵スープ、フルーツ盛り	ごはん、筑前煮、にんじんきんぴら（以上児）、厚揚げの味噌汁、バナナ
午後	牛乳、ちくわの磯辺揚げ	フルーツヨーグルト和え、おやつ昆布	牛乳、グラノーラパン	ハーベスト、まがりせんべい	牛乳、ミニエクレア、プチうすやき（以上児）	牛乳、幼児ビスケット、Caせんべい
午前	13 牛乳、バナナ	14 牛乳、ぼんかん	15 牛乳、バナナ	16 牛乳、ぼんかん	17 牛乳、バナナ	18 おこめボール
昼食	もち麦ごはん、炒り豆腐、南瓜の煮物、でこぼん、きのこ汁	牛乳パン、和風パスタ、ひじきと大豆のサラダ、コンスープ、りんご	麦ごはん、照焼魚、トマト、花野菜のドレッシングがけ、五目味噌汁、りんご	ごはん、すき焼き、すまし汁、りんご	ごはん、白身魚のムニエル（タルタルソース）、ポイル野菜、ミルクスープ、でこぼん	 卒園式
午後	ミルクプリン、アスパラガスビスケット	お茶、わかめおにぎり	牛乳、ホットケーキ	牛乳、じゃこ入りごはんのお焼き	ミルクティー、チョコデニッシュ	ビスコ、五穀ビスケット
午前	20 牛乳、ぼんかん	21	22 牛乳、りんご	23 牛乳、ぼんかん	24 牛乳、バナナ	25 牛乳、ソフトせんべい
昼食	麦ごはん、大豆のかき揚げ、海藻サラダ、うす揚げの味噌汁、りんご	 春分の日	ごはん、白身魚のカレーラタン、ひよこ豆のサラダ、わかめスープ、でこぼん	ごはん、豆腐の肉みそ炒め、小松菜とにんじんのおかか和え、具だくさんかき玉汁、バナナ	十六穀ごはん、魚のたぶら、ほうれんそうとしらすのごま和え、豆乳汁、りんご	ごはん、きつねうどん、ブロッコリーの塩茹で、ウィンナー、バナナ
午後	牛乳、カップケーキ（ココア）		牛乳、ラスク（きな粉）	牛乳、焼き芋	ココアミルク、メロンパン	牛乳、ココナッツサブレ、はごろもあられ
午前	27 牛乳、バナナ	28 牛乳、りんご	29 牛乳、ぼんかん	30 牛乳、バナナ	31 牛乳、ぼんかん	
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、ひじきの炒め煮、なめこ汁、りんご	ごはん、カレーライス、彩りサラダ（以上児）、野菜スープ（未満児）、ぼんかん	もち麦ごはん、魚の野菜あんかけ、アスパラのクリームマヨ焼き、中華スープ、りんご	クリンピースごはん、ひじき入り豆腐ハンバーグ、にんじんとじゃこのきんぴら、白菜の味噌汁、でこぼ	ごはん、魚の磯フライ、大根サラダ、カラフルスープ、りんご	
午後	牛乳、サンドクラッカー	牛乳、キャロットケーキ	ヨーグルト、プチうすやき	牛乳、ごまクラッカー	ミルクカルピス、チョコボルガ	

※午前おやつは未満児さんのみ提供します。

※17日、24日、31日につきましては、未満児さんは牛乳を提供します。

◆20日に、うめ組さんはクッキング（カップケーキ作り）を行います。

◇14日に、以上児さんはラップおにぎりを手作りしてもらいます。

	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)	脂質 (g)	食塩相当 (g)
3歳以上児	510	20.1	17.4	1.8
3歳未満児	455	18.1	15.9	1.5