

{3月の目標}

成長を喜び、1年間をふりかえってみましょう

1日(木)

誕生会
送る会
(バイキング)

ごはんはいりません。

7日(水)

お別れ会
クッキング
カレーライス作り
(5歳児)

ごはんはいりません。
ひまわり組さんは、エプロン、三角巾を忘れないようにしてください。

24日(土)

卒園式

31日(土)

お弁当の日
愛情弁当お願い致します。
フルーツは、園で出しますので、おかずの中には入れないで下さい。



日	曜	未満児 おやつ	献立名	調味料	材 料 名			未満児 主食	おやつ	kcal.
					赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	青:頭や心となる			
1	木	せんべい 牛乳 誕生会 送る会	サンドイッチ チキンライス カレー風味の唐揚げ ハンバーグ 南瓜サラダ 竹輪ときゅうりのサラダ ミニトマト コンソメスープ イチゴ	マヨネーズ ケチャップ 醤油 みりん カレールー 塩 コショウ マヨネーズ 塩 マヨネーズ 醤油	卵 鶏もも肉 鶏もも肉 卵 豚ひき肉 卵 ハム 竹輪	食パン 米 片栗粉 小麦粉 油 パン粉 チーズ	人参 玉葱 パセリ 生葱 玉葱 きゅうり 南瓜 人参 きゅうり ミニトマト 人参 玉葱 イチゴ	サンド イッチ チキン ライス	ケーキ 牛乳	未1078 以1125
2	金	ビスケット 牛乳	卵焼き キャベツのごま和え 花麩のすまし汁	塩 だし汁 醤油 酢 砂糖 ごま油 白だし	卵 お魚ソーセージのり かまぼこ	米 花麩	人参 玉葱 人参 ほうれん草 コーン 人参 大根 三つ葉 人参 玉葱 ピーマン	ごはん ごはん	人参クッキー 牛乳 ビスケット ジュース	未556 以386 未662 以454
3	土	クッキー 牛乳	ハヤシライス 牛乳	ハヤシルー	豚ばら肉 牛乳	米 じゃが芋		ごはん	バナナ	
5	月	せんべい 牛乳	焼き魚 キャベツのごま和え 麩の味噌汁	塩 醤油 砂糖 だし汁 味噌	甘塩紅鮭	米 白すりごま 麩	人参 玉葱 人参 じゃが芋	ヨーグルト せんべい ジュース		未499 以289
6	火	ビスケット 牛乳	シューマイ すき昆布の煮物 じゃが芋の味噌汁	醤油 醤油 みりん だし汁 味噌	シューマイ すき昆布 油揚げ かまぼこ		人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	カスタードパイ ジュース	未573 以384
7	水	クッキー 牛乳 お別れ会 クッキング	シーフードカレー 福神漬け フルーツポンチ	カレールー 砂糖	豚ばら肉 エビ イカ 牛乳	米 じゃが芋	人参 玉葱 グリンピース みかん缶 バイン缶 もも缶 バナナ イチゴ キウイ オレンジ	ごはん	クッキー 牛乳	未719 以649
8	木	せんべい 牛乳	カルピス さわらのごま味噌焼き ミモザサラダ かぶの味噌汁	味噌 みりん 醤油 酢 砂糖 油 だし汁 味噌	さわら 卵	米 白ごま	人参 玉葱 人参 じゃが芋	ごはん	人参蒸しパン 牛乳	未660 以502
9	金	ビスケット 牛乳	コーンシチュー バナナ	シチュールー	鶏もも肉 牛乳	米 じゃが芋	人参 玉葱 ピーマン コーン バナナ	ごはん	プリン せんべい ジュース	未635 以448
10	土	クッキー 牛乳	麻婆豆腐 玉葱の味噌汁	醤油 みりん だし汁 味噌	豚ひき肉 豆腐 牛乳	米 片栗粉	人参 玉葱 ピーマン 生葱 人参 玉葱	ごはん	ミニチョコパン ジュース	未669 以460
12	月	せんべい 牛乳	かじきのチーズフライ きゅうりもみ じゃが芋の味噌汁	塩 塩 だし汁 味噌	かじき 卵 かに かまぼこ	米 小麦粉 バン粉 粉チーズ 油 じゃが芋	きゅうり 人参 人参 玉葱 パセリ 人参 プロッコリー 人参 大根	ごはん	カレー肉まん 牛乳	未656 以502
13	火	ビスケット 牛乳	ポテトミートグラタン ブロッコリーのサラダ 大根の味噌汁	塩 油 コンソメ 醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	合いひき肉	米 じゃが芋 小麦粉	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	じゃが芋ドーナツ 牛乳	未507 以311
14	水	クッキー 牛乳	タンドリーチキン マカロニサラダ 玉葱の味噌汁	カレー粉 マヨネーズ 塩 だし汁 味噌	鶏もも肉 ヨーグルト	米 マカロニ	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	バナナ せんべい ジュース	未522 以300
15	木	せんべい 牛乳	五目卵焼き キャベツ煮 じゃが芋の味噌汁 オレンジ	塩 だし汁 醤油 みりん だし汁 味噌	卵 鶏ひき肉 かまぼこ 油揚げ	米	人参 玉葱 ピーマン 人参 玉葱	ごはん	チーズクッキー 牛乳	未660 以463
16	金	ビスケット 牛乳	鶏子煮 豆腐の味噌汁	醤油 みりん だし汁 味噌	さわら わかめ 卵 鶏もも肉 豆腐 牛乳	じゃが芋 米 片栗粉 油	生葱 人参 ほうれん草 なめ茸 人参 玉葱	ごはん	ツナマヨ蒸しパン 牛乳	未379 以191
17	土	クッキー 牛乳	豚肉の甘酢ソテー キャベツのおかか和え 大根の味噌汁	醤油 みりん 酢 砂糖 醤油 だし汁 味噌	豚ロース肉 かつお節	米 片栗粉 白ごま	人参 玉葱 生葱 人参 玉葱	ごはん	ミニクリームパン ジュース	未680 以468
19	月	せんべい 牛乳	じゃが芋のスイーズ 豆腐入り松風焼き 切り干し大根の煮物 玉葱の味噌汁	コンソメ 塩 コンソメ カレー粉 コンソメ	豚ロース肉 かつお節 卵 シーチキン ベーコン	米	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	おからマフィン 牛乳	未670 以471
20	火	ビスケット 牛乳	鶏肉の味噌汁 じゃが芋の味噌汁	コンソメ 塩 コンソメ カレー粉	鶏もも肉 豆腐 牛乳	じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	チーズ蒸しパン 牛乳	未761 以625
22	木	クッキー 牛乳	豆腐入り松風焼き 切り干し大根の煮物 玉葱の味噌汁	味噌 砂糖 醤油 みりん だし汁 味噌	鶏ひき肉 豆腐 卵 牛乳 かまぼこ 油揚げ	米 バン粉 白ごま	玉葱 葱 人参 切り干し大根 ピーマン 人参 玉葱	ごはん	バームクーヘン ジュース	未617 以306
23	金	せんべい 牛乳	かじきの竜田揚げ きゅうりの梅おかか和え わかめの味噌汁	醤油 みりん 醤油 梅干し だし汁 味噌	かじき かつお節 わかめ	米 片栗粉 油	生葱 人参 玉葱	ごはん	大豆スコーン 牛乳	未569 以340
24	土	ビスケット 牛乳	鶏肉のカレーマヨ焼き 野菜サラダ 大根の味噌汁	カレー粉 マヨネーズ 醤油 酢 砂糖 ごま油 だし汁 味噌	鶏もも肉 かに かまぼこ	米	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	ピザトースト 牛乳	未645 以484
26	月	クッキー 牛乳	鶏肉の味噌汁 じゃが芋の味噌汁	醤油 酢 砂糖 醤油 酢 砂糖	鶏もも肉 かに かまぼこ	米	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	味噌蒸しパン 牛乳	未614 以431
27	火	せんべい 牛乳	鶏肉の味噌汁 じゃが芋の味噌汁	醤油 酢 砂糖 醤油 酢 砂糖	鶏もも肉 ひじき わかめ 豆腐 鶏ひき肉 豆腐 ハム	じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	カレーおやき お茶	未537 以353
28	水	ビスケット 牛乳	豆腐の味噌汁 豆腐つくね 味噌だしサラダ 麩の味噌汁 オレンジ	醤油 酢 砂糖 醤油 酢 砂糖 だし汁 味噌	鶏もも肉 ひじき わかめ 豆腐 鶏ひき肉 豆腐 ハム	米 片栗粉	玉葱 葱 人参 玉葱	ごはん	ソフトピスケット 牛乳	未635 以440
29	木	クッキー 牛乳	豆腐の味噌汁 豆腐つくね 味噌だしサラダ 麩の味噌汁 オレンジ	醤油 酢 砂糖 醤油 酢 砂糖 だし汁 味噌	鶏もも肉 ひじき わかめ 豆腐 鶏ひき肉 豆腐 ハム	米 片栗粉	玉葱 葱 人参 玉葱	ごはん	ゼリー ビスケット ジュース	未572 以371
30	金	せんべい 牛乳	ひじき入り卵焼き 中華風酢の物 じゃが芋の味噌汁	塩 だし汁 醤油 酢 砂糖 だし汁 味噌	卵 ひじき かに かまぼこ	米 春雨 じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん		未166 以107
31	土	ビスケット 牛乳 お弁当の日	玉葱の味噌汁 みかん	だし汁 味噌			人参 玉葱	お弁当		