3月の献立表

富田保育園

令和4年度

日	曜日	献立名	主な材料	未満児　主食・おやつ(午前・午後)			3歳以上児おやつ
1	水	ジャーマンポテト　ブロッコリーサラダ 牛乳	ベーコン　ポテト　ブロッコリー　卵 カニカマ　トマト	ごはん	おかし	フルーツ	フルーツ
2	木	豚生姜焼き　野菜サラダ　大根汁	豚ロース肉　玉ねぎ　生姜　レタス　きゅうり カニカマ　トマト　大根　椎茸　油揚げ	ごはん	おかし	ヨーグルト	ヨーグルト
3	金	三色キンパ　牛蒡とチキンのカリカリ揚げ サラダ　お吸い物	卵　ほうれん草　人参　鶏肉　牛蒡 ブロッコリー　トマト	ごはん	おかし	おひな三色ゼリー	おひな三色ゼリー
4	土	キーマカレー　　フルーツ	挽肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　コーン	ごはん	おかし	おかし	おかし
5	日	休日					
6	月	白身魚フライ　胡麻サラダ　シジミ汁	白身魚フライ　レタス　きゅうり　白ごま トマト　シジミ貝　豆腐　ねぎ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
7	火	卵のお好み焼き　もやしのツナ和え 納豆汁	豚肉　卵　キャベツ　もやし　ツナ缶 トマト　納豆　豆腐　ねぎ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
8	水	シチュー　コールスローサラダ	鶏肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　椎茸 ピーマン　コーン缶　キャベツ　きゅうり　トマト	ごはん	おかし	フルーツ	フルーツ
9	木	豚玉　人参のおかか和え　豆腐汁	豚肉　卵　玉ねぎ　ニラ　人参　ほうれん草 おかか　トマト　豆腐　わかめ　椎茸　油揚げ	ごはん	おかし	さつまいも、牛乳	さつまいも、牛乳
10	金	焼うどん　もやたまスープ		麺	おかし	おかし、野菜ｼﾞｭｰｽ	おかし、野菜ｼﾞｭｰｽ
11	土	チキンカレー　　フルーツ	鶏肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　コーン	ごはん	おかし	おかし	おかし
12	日	卒園式					
13	月	卵の挽肉あんかけ　ほうれん草胡麻和え なめこ汁	挽肉　卵　玉ねぎ　人参　ほうれん草 ちくわ　ごま　トマト　なめこ　豆腐　ねぎ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
14	火	ホッケ照り焼き　ハムときゅうりのサラダ わかめ汁	ホッケ　ハム　きゅうり　白ごま　トマト じゃが芋　かぼちゃ　わかめ	ごはん	おかし	パン 飲料水(震災備蓄品)	パン 飲料水(震災備蓄品)
15	水	のり塩からあげ　鮭とコーンのピラフ お吸い物	鶏肉　青海苔　鮭　コーン　玉ねぎ　人参　レタス きゅうり　カニカマ　トマト　銀たら　みつば	ごはん	おかし	手作りケーキ、牛乳	手作りケーキ、牛乳
16	木	すき焼き風煮　もやしの酢の物　白菜汁	牛肉　玉ねぎ　焼豆腐　ねぎ　もやし きゅうり　ちくわ　トマト　白菜　椎茸	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
17	金	野菜たっぷり味噌ラーメン	挽肉　中華麺　キャベツ　玉ねぎ　人参 椎茸　もやし　ニラ　ネギ　わかめ　なると	麺	おかし	おかし 飲むヨーグルト	おかし 飲むヨーグルト
18	土	ポークカレー　　フルーツ	豚肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　コーン	ごはん	おかし	おかし	おかし
19	日	休日					
20	月	カレイのから揚げ　きゅうりと納豆の塩昆 布和え　キャベツ汁	かれい　きゅうり　納豆　塩昆布　トマト キャベツ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
21	火	春分の日					
22	水	アメリカンドック　マカロニサラダ　牛乳	ソーセージ　マカロニ　人参　きゅうり ツナ缶　トマト	ごはん	おかし	フルーツ	フルーツ
23	木	おからハンバーグ　ミモザサラダ 菜っ葉汁	合挽肉　玉ねぎ　卵　椎茸　キャベツ きゅうり　トマト　菜っ葉　油揚げ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
24	金	エビの野菜かきあげうどん	小エビ　鶏肉　玉ねぎ　人参　さつま芋 うどん麺　わかめ　かまぼこ　ねぎ	麺	おかし	おかし、ジョア	おかし、ジョア
25	土	ハヤシカレー　　フルーツ	牛肉　玉ねぎ　人参　コーン	ごはん	おかし	おかし	おかし
26	日	休日					
27	月	目玉焼き　もやしニラ炒め　豆腐汁	卵　もやし　人参　ニラ　椎茸　ピーマン トマト　豆腐　長ネギ　油揚げ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
28	火	鮭のホイル焼き　キャベツの浅漬け 豚汁	豚肉　鮭　椎茸　玉ねぎ　えのき　キャベツ　人参 きゅうり　トマト　白菜　ごぼう　玉ねぎ　長ネギ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
29	水	シルバーサラダ　　トマト＆ハム　　牛乳	ハム　春雨　きゅうり　人参　卵　トマト	ごはん	おかし	フルーツ ＆ヨーグルト	フルーツ ＆ヨーグルト
30	木	厚揚げとひき肉のはさみステーキ ブロッコリー塩昆布和え　　もやし汁	挽肉　厚揚げ豆腐　ブロッコリー　塩昆布 トマト　もやし　椎茸　油揚げ	ごはん	おかし	おかし、牛乳	おかし、牛乳
31	金	ほうれん草とベーコンのクリームパスタ 白菜スープ	ベーコン　ほうれん草　玉ねぎ　スパ麺 白菜　人参	麺	おかし	おかし、ヤクルト	おかし、ヤクルト

＊　**3 日と15日は行事食です。ご飯はいりません。**

「次はもうひと口」は好き嫌いをなくす園の工夫例です!

苦手な食べ物は、無理には食べさせないようにしています。

「また今度同じメニューが出た時には、もうひと口多く食べられるようにがんばろうね」と声をかけています。

今年度も終わりに近づきました。

4月に比べて子どもたちは頼もしさが備わってきたように感じる今日この頃です。3月には「桃の節句」があります。きれいなひな人形を飾って、白酒やひしもちなどをお供えし、子どもたちの無病息災を祈る行事です。おうちの方とともに子どもたちの健康や豊かな成長を願っています。