



# 平成26年3月分予定献立表

施設長	主任保育	担当者
		

日曜	献立名 (三歳以上児)		献立名 (三歳未満児)		以上児 未満児				備考 行事等
	副食	間食	間食(AM)	主食	1人当り (Kcal)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)	
1 土	ソフトフランスパン・豆乳スープ みかん	バナナ	ミルミル リッツ	ソフトフランスパン 豆乳スープ	386 408	6.5 9.3	9.4 12.5	0.1 0.2	
2 日									
3 月	ココロスープ・ちくわの天ぷら・レタ オレンジ	ヨーグルト・せんべい ひなケーキ	スポロン ひなあられ	ココロスープ ご飯	254 587	16.4 18.3	9.2 10.7	1.5 2.5	ひな まつり
4 火	たらのタルタルソース・青菜和え みかん	牛乳 じゃが丸君	カルピス せんべい	ご飯 わかめ汁	436 571	15.1 15.5	28.6 29.2	4.2 5.0	
5 水	ミートローフ・ブロッコリーサラダ いちご	ピーナツパン 牛乳	プリン	ご飯 青菜汁	417 541	17.9 17.8	21.4 22.1	0.4 1.0	
6 木	切り干し大根・スクランブルエッグ バナナ	ヤクルト せんべい	牛乳 ビスコ	ご飯 白菜汁	250 503	9.6 16.9	7.3 14.8	1.7 2.2	
7 金	ちらし寿司・鶏の照り焼き 菜の花の白和え・すまし汁・フルーツ	ケーキ 牛乳	りんごゼリー	ちらし寿司 すまし汁	837 632	32.2 23.4	24.3 17.6	3.6 3.6	誕生会
8 土	チョコサンド・厚揚げの中華煮 オレンジ・牛乳	プリン せんべい	麦茶 りんご	チョコサンド 牛乳	586 450	17.3 12.4	22.8 15.6	1.2 1.0	
9 日									
10 月	シュリンプカレー・小女子・福神漬け 牛乳・甘夏	ヨーグルト バナナチップ	ヤクルト せんべい	カレーライス 牛乳	527 476	19.9 20.6	11.8 11.1	1.7 1.7	
11 火	焼き魚(紅鮭)・スパサラダ りんご	野菜生活 せんべい	麦茶 バナナ	ご飯 かぶ汁	329 352	14.4 10.8	11.2 4.8	0.8 0.9	
12 水	ヒレカツ・きゃべつ和え いちご	甘バターパン 牛乳	ももゼリー	ご飯 かき玉汁	323 440	17.4 15.4	10.7 11.2	1.2 1.6	
13 木	すきやき風煮・花型卵 オレンジ	ジョアイチゴ せんべい	気になる野菜 せんべい	ご飯 大根汁	378 537	16.4 16.2	16.4 10.4	1.0 1.7	
14 金	五目焼きそば・ウインナー・三色和え 牛乳・バナナ	スポロン やきいも	ほうじ茶 たまごボーロ	焼きそば 牛乳	559 478	16.1 14.9	17.3 16.3	1.2 1.1	
15 土	菓子袋 								
16 日									
17 月	けんちん汁・ちくわのカレー揚げ たくあん・いちご	ヨーグルト 小魚アーモンド	牛乳 せんべい	けんちん汁 ご飯	270 391	13.7 15.2	9.3 10.2	2.8 1.9	
18 火	さばのみそ煮・ごぼうサラダ みかん	牛乳 ビスコ	飲むヨーグルト・ 白い風船	ご飯 えのき汁	320 483	14.3 13.8	14.1 11.9	0.9 0.9	
19 水	*さくら組 リクエスト献立* (さくら組で人気のあったメニューです。)	ミルクリッチ 野菜生活	麦茶 ビスケット	カレーライス 牛乳	715 536	29.4 20.8	23.1 18.2	0.8 0.6	
20 木	五目ひじき煮・厚焼き卵 バナナ	麦茶 おはぎ	プリン	ご飯 じゃがいも汁	235 409	10.3 12.3	7.5 11.6	2.6 3.4	
21 金	春分の日								
22 土	エッグサンド・こぶきいも オレンジ・豆乳	バナナ	ヤクルト せんべい	エッグサンド 豆乳	636 439	19.1 14.5	18.5 12.1	1.1 0.9	
23 日									
24 月	ポパイシチュー・厚揚げとこんにゃく煮 きゅうり漬け・甘夏	ヨーグルト おしゃぶりするめ	牛乳 せんべい	ポパイシチュー にんじんご飯	309 445	15.3 17.6	9.9 11.4	0.8 1.2	
25 火	ぶりの照り焼き・ポテトサラダ りんご	クラッカー・チーズ ミルミル	ほうじ茶 ビスケット	ご飯 とうふ汁	465 529	16.9 17.3	20.5 19.0	1.1 1.1	
26 水	鶏の唐揚げ・土佐和え いちご	ピザパン 牛乳	スポロン せんべい	ご飯 野菜スープ	513 589	20.5 18.5	24.5 21.1	3.2 4.4	
27 木	五目納豆・さつまいもの甘煮 オレンジ	牛乳 せんべい	ヨーグルト	ご飯 まめふ汁	357 452	12.9 18.3	10.7 9.5	2.2 2.2	
28 金	スパゲティ ナポリタン・レバーの甘煮 青菜和え・はっさく・牛乳	ジョアライト ビスケット	麦茶 バームロール	カレー 牛乳	493 429	22.5 16.7	12.4 10.8	2.4 1.3	お別れ会
29 土	甘バターサンド・きんぴらごぼう 牛乳・バナナ	りんごゼリー せんべい	ヤクルト せんべい	甘バターサンド 牛乳	521 427	14.8 11.5	13.3 8.0	0.8 1.0	
30 日									
31 月	クラムチャウダー・鶏ささ身揚げ いちご	ヨーグルト せんべい	プリン	クラムチャウダー ご飯	323 409	18.9 15.4	13.1 11.2	4.3 1.6	