

こんげつの よてい こんだてひょう

平成26年 3月分

施設長	主任	担当者	

日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(土)	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 麦茶 豆乳スープ みかん	バナナ	動物ビスケット 牛乳	ジャム&マーガリンパン 麦茶		363	8.0	8.4	0.7
2(日)									
3(月)	カウボーイスープ 竹輪と凍み豆腐の煮物 オレンジ ャクルト	ドリンクヨーグルト ひなあられ(ひなケーキ)	ビスコ 牛乳	ご飯 えのき納豆	ひな祭りお茶会	303	12.6	11.0	1.8
4(火)	赤魚の煮付け スパゲティサラダ みかん ほうじ茶	おやつパン(ピーナツ) 牛乳	せんべい ャクルト	ご飯 大根汁		348	16.9	15.6	1.2
5(水)	焼き肉 五目ビーフソテー いちご ほうじ茶	焼き芋 牛乳	クラッカー スポロン	ご飯 ニラ汁		345	13.1	12.7	0.7
6(木)	切り干し大根の煮物 スクランブルエッグ バナナ ほうじ茶	せんべい ミルミル	麩菓子 牛乳	ご飯 小松菜汁		301	8.2	7.1	0.9
7(金)	お誕生会 ☆お赤飯 こぶゆ 中華サラダ 照り焼きチキン いちご ャクルト☆	アイスクリーム	せんべい 牛乳	お楽しみ献立	お誕生会	482	17.5	15.5	2.7
8(土)	チョコサンド 厚揚げの中華煮 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	バナナ	チョコサンド 牛乳		573	19.8	23.5	1.1
9(日)									
10(月)	シュリンプカレー 小女子甘煮 牛乳 甘夏	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	せんべい ャクルト	ご飯 牛乳		323	20.0	9.6	2.1
11(火)	焼き魚 ブロッコリーサラダ グレープフルーツ ほうじ茶	クラッカー チーズ 野菜生活	アスパラガス 牛乳	ご飯 かき玉汁		318	16.2	16.0	1.9
12(水)	ヒレカツ 三色和え いちご ほうじ茶	ピザトースト 牛乳	せんべい ャクルト	ご飯 かぶ汁		394	19.3	16.6	2.1
13(木)	すき焼き風煮 花卵 バナナ ほうじ茶	せんべい ジョア(いちご)	Feウエハース 牛乳	ご飯 若布汁		345	15.1	8.0	1.0
14(金)	五目焼きそば ポイルウインナー 牛乳 オレンジ	ビスコ スポロン	りんごゼリー	ご飯 牛乳		422	13.4	21.6	0.9
15(土)	卒園式 *おみやげパン 牛乳*		バナナ		卒園式	288	9.1	13.6	0.5
16(日)									
17(月)	具だくさん豚汁 笹かまのカレー揚げ いちご	元気ヨーグルト 食べる小魚	動物ビスケット 牛乳	ご飯 キャベツソテー		310	15.8	10.2	2.3
18(火)	さばの味噌煮 ポテトサラダ グレープフルーツ ほうじ茶	せんべい 牛乳	クラッカー ャクルト	ご飯 若布汁		344	14.3	16.7	1.6
19(水)	肉団子 温野菜 オレンジ ほうじ茶	おやつパン(ラスク) 牛乳	せんべい スポロン	ご飯 豆腐汁		373	16.3	20.4	1.6
20(木)	五目納豆 さつま芋のバター煮 バナナ ほうじ茶	手作りおはぎ 麦茶	麩菓子 牛乳	ご飯 栄養麩汁		332	11.3	7.7	0.6
21(金)	春分の日								
22(土)	エッグサンド 豆乳 乾プルーン オレンジ	バナナ	せんべい ャクルト	エッグサンド バナナ豆乳		510	12.5	17.1	1.0
23(日)									
24(月)	コーンシチュー 厚揚げとコンニャクの煮物 バナナ	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	Caウエハース 牛乳	ご飯 豚そぼろ		301	12.1	9.1	1.9
25(火)	ぶりの照り焼き ごぼうサラダ オレンジ ほうじ茶	ココアカップケーキ ミルミル	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 きゃべつ汁		387	16.5	20.5	0.9
26(水)	五目ひじき煮 半月卵 甘夏 ほうじ茶	おやつパン(黒糖玄米) 牛乳	せんべい ャクルト	ご飯 小松菜汁	卒園遠足	295	12.9	14.9	0.8
27(木)	さくら組リクエスト献立 ☆カレーライス 鶏の唐揚げ シーザーサラダ いちご 野菜生活☆	せんべい 牛乳	バナナ	お楽しみ献立	お別れ屋食会	663	22.1	27.8	2.6
28(金)	スパゲティナポリタン レバーの甘煮 牛乳 八朔	ビスケット ジョア(プルーン)	元気ヨーグルト	ご飯 牛乳		412	17.1	13.4	1.1
29(土)	甘バターサンド きんぴらごぼう 牛乳 いちご	ももゼリー せんべい	クラッカー ャクルト	甘バターサンド 牛乳		507	16.1	14.4	1.5
30(日)									
31(月)	クラムチャウダー ささみ揚げ バナナ	ドリンクヨーグルト 食べる小魚	麩菓子 牛乳	ご飯 青菜和え		364	25.2	12.8	2.0

◎食事マナーの意味◎

今月の食育目標
 みんなで楽しく食事をしよう!

マナーとは、みんなが気持ちよく食事をするための約束のようなもの。人への思いやりであり、自分のために身につける必要がある!と子どもにきちんと伝えましょう。そのために、最低限のマナーを教えていきたいですね。

* 材料の都合により献立を変更する場合があります。