



# こんげつの よてい こんだてひょう

## 平成27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(日)									
2(月)	チキンカレー 小女子甘煮 牛乳 みかん	ドリンクヨーグルト 干し芋	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		324	13.4	11.3	1.5
3(火)	たらのタルタルソース 三色和え 伊予柑 ほうじ茶	ひなあられ ジョア(ブルー) [ひなケーキ]	Caウエハース 牛乳	ご飯 若布汁	ひな祭り・お茶会	325	12.1	12.5	0.6
4(水)	五目納豆 さつま芋のバター煮 いちご ほうじ茶	おやつパン(フレンチトースト) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 栄養麩汁		331	14.2	13.0	1.1
5(木)	じゃが芋入り酢豚 半月卵 八朔 ほうじ茶	クラッカー チーズ 牛乳	アスパラガス スポロン	ご飯 ニラ汁		396	16.9	12.7	1.7
6(金)	お誕生会 ☆お赤飯 こづゆ 松風焼き マッシュポテト 野菜生活 いちご☆	いちごパフェ	ビスコ 牛乳	お楽しみ献立		482	17.6	19.4	3.4
7(土)	甘バターサンド マカロニグラタン 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	バナナ	甘バターサンド 牛乳		583	22.3	20.5	2.4
8(日)									
9(月)	具だくさん豚汁 竹輪の香り揚げ いちご	手作りヨーグルト 食べる小魚	麩菓子 牛乳	ご飯 きゃべつソーテー		300	15.1	9.4	2.9
10(火)	焼き魚 マセドアンサラダ バナナ ほうじ茶	せんべい 牛乳	Feウエハース ヤクルト	ご飯 小松菜汁		361	14.3	14.6	0.9
11(水)	とんかつ 温野菜 伊予柑 ほうじ茶	おやつパン(チョコ) 牛乳	バナナ	ご飯 たまねぎ汁		402	15.8	19.0	1.6
12(木)	五目昆布煮 パンプキンキッシュ 八朔 ほうじ茶	焼き芋 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 きゃべつ汁		334	11.4	11.8	1.2
13(金)	五目焼きそば ポイルウインナー 牛乳 オレンジ	せんべい ミルミル	りんごゼリー	ご飯 牛乳		409	15.8	17.7	1.1
14(土)	卒園式 おみやげパン 牛乳				卒園式	319	9.6	14.7	0.5
15(日)									
16(月)	春きゃべつシチュー 凍み豆腐とこんにやくの煮物 オレンジ	元気ヨーグルト おしゃぶり昆布	せんべい 牛乳	ご飯 青菜和え		294	13.8	8.9	3.1
17(火)	カレイの煮付け かぼちゃサラダ バナナ ほうじ茶	せんべい 牛乳	玉子ポーロ スポロン	ご飯 若布汁		337	15.4	13.2	1.2
18(水)	けんちん煮 スクランブルエッグ 伊予柑 ほうじ茶	おやつパン(セサミ) 牛乳	クラッカー ヤクルト	ご飯 豆腐汁		301	13.2	11.2	1.1
19(木)	さくら組リクエスト献立 ミートボールカレーライス コールスローサラダ いちご 気になる野菜	ビスコ 牛乳	アロエヨーグルト	リクエスト献立	お別れ昼食会	569	20.6	23.7	2.3
20(金)	五目そうめん 揚げ出し豆腐 牛乳 バナナ	チーズおにぎり 麦茶	せんべい ヤクルト	五目そうめん 牛乳		476	17.0	14.3	2.2
21(土)	春分の日								
22(日)									
23(月)	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳 バナナ	手作りヨーグルト 食べる小魚	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		345	17.0	11.6	1.8
24(火)	ぶり照り焼き カラフルサラダ 伊予柑 ほうじ茶	カップケーキ ジョア(ブルー)	Feウエハース 牛乳	ご飯 たまねぎ汁		382	14.7	16.8	0.9
25(水)	焼き肉 ビーフソテー いちご ほうじ茶	おやつパン(パンプキン) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 ニラ玉汁		345	16.9	18.1	1.0
26(木)	きんぴらごぼう 厚焼き玉子 八朔 ほうじ茶	ビスケット 牛乳	バナナ	ご飯 きゃべつ汁	卒園遠足	310	11.7	13.2	0.8
27(金)	トマトクリームスパゲティレバー甘煮 牛乳 いちご	せんべい スポロン	元気ヨーグルト	ご飯 牛乳		390	13.8	12.9	1.3
28(土)	サンドイッチ 豆乳 乾ブルーベリー バナナ	ももゼリー せんべい	クラッカー ヤクルト	サンドイッチ 豆乳		537	15.1	17.5	1.5
29(日)									
30(月)	ワンタンスープ 鶏肉のサッパリ煮 いちご	ドリンクヨーグルト 干し芋	麩菓子 牛乳	ご飯 じゃが芋ソーテー		288	16.2	13.8	0.2
31(火)	白身魚のホイル焼き 青菜和え オレンジ ほうじ茶	せんべい 牛乳	牛乳プリン	ご飯 かき玉汁		233	13.7	6.9	1.0

### ～みんなで一緒に食べることの大切さ～

子どもは毎日の食事の時間などを通して、人とかかわり方を身につけていきます。一緒にいる大人のとる態度や考え方・会話への加わり方などをくり返して見てまねをして学びます。親と子や友だち同士など、お互いの心の調子や体調などを感じることができ愛情や信頼関係が育ち、お互いをわかり合う大切な時間になるのです。



### 今月の食育目標



みんなで楽しく食事をしよう。

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。