



平成30年3月 献立表



日曜	献立名(共通)		献立名(未調乳加食分)		エネルギーkcal	タンパクg	脂質g	食塩相当量g	行事等
	朝食	夕食(PM)	朝食(AM)	主食					
1 木	鮭のちらし寿司 鶏肉のさっぱり煮 マカロニサラダ すまし汁 いちご	アイスパフェ ひなケーキ(おみやげ)	ひなあられ カルピス	ちらし寿司	619	25.3	27.1	1.2	ひな祭り誕生会
2 金	五目昆布煮 さつま芋キッシュ きゃべつ汁 いよかん	せんべい ヤクルト400	バナナ	ご飯	271	10.6	6.8	1.9	
3 土	ハンバーガー 春雨サラダ 豆乳(コーヒーマイカン)	りんごゼリー せんべい	玉子ポロロ ほうじ茶	ハンバーガー	604	23	15.1	1.9	
4 日									
5 月	松風焼き コールスローサラダ 栄養懸汁 りんご	飲むヨーグルト 干し芋	せんべい ほうじ茶	ご飯	380	18.7	11.9	1.3	
6 火	肉みそうどん 塩昆布漬け 牛乳 グレープフルーツ	せんべい リンゴジュース	クラッカー ヤクルト	うどん	294	10	6.1	2	
7 水	白身魚のフライ 菜の花和え うち豆汁 いちご	フレンチトースト 牛乳	バナナ	ご飯	407	24.5	13.7	1.8	
8 木	切干大根の煮物 厚焼き卵 なめこ汁 りんご	せんべい ジョア	アスパラガス 牛乳	ご飯	399	18.1	10.5	1.1	
9 金	鶏のから揚げ ナムル 若布汁 いよかん	ビスコ 牛乳	元氣ヨーグルト	ご飯	451	16	27.6	2.3	
10 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) コロコロスープ 牛乳200 オレンジ	バナナ	玉子ポロロ ほうじ茶	ジャムマーガリンパン	453	14.8	15	2	
11 日									
12 月	照り焼きチキン スパゲティサラダ かき玉汁 いちご	手作りクッキー 牛乳	りんごゼリー	ご飯	532	22.2	26.8	1.3	
13 火	チーズカレー 小女子 牛乳 はっさく	せんべい ヤクルト400	バナナ	ご飯	329	12	11.1	1.6	
14 水	焼きそば ウインナー 牛乳 オレンジ	ピーナツパン 野菜生活	せんべい ヤクルト	焼きそば	447	17	18.5	1.9	
15 木	ひじきの寄せ煮 ス克蘭ブルエッグ えのき汁 バナナ	せんべい 牛乳	ビスケット ほうじ茶	ご飯	308	14.2	12.4	2.4	
16 金	焼肉 ビーフソテー 若布汁 いちご	飲むヨーグルト 干し芋	玉子ポロロ 牛乳	ご飯	347	17.8	12.9	1.8	
17 土	おみやげ				354	5.7	9.7	0.5	卒園式
18 日									
19 月	カレイの煮付け マセドアンサラダ きゃべつ汁 いちご	フルーツヨーグルト 小魚	ビスケット 牛乳	ご飯	257	15	7.3	1.6	
20 火	卵とじそうめん 竹輪のカレー揚げ 牛乳 いよかん	ぼたもち 野菜ジュース	せんべい ほうじ茶	そうめん	644	25.4	15.5	2.1	
21 水	春分の日								
22 木	チーズハンバーグ かぼちゃサラダ イタリアンスープ いちご	クリームパン 牛乳	せんべい カルピス	ご飯	477	26	25.9	1.3	お別れ会
23 金	八宝菜 花型卵 なめこ汁 はっさく	せんべい ジョア	ビスコ 牛乳	ご飯	294	15.8	8.3	1.1	
24 土	チョコサンド ミートソースグラタン 牛乳 いちご	プリン せんべい	玉子ポロロ ほうじ茶	チョコパン	504	17.6	15	2	
25 日									
26 月	かぼちゃシチュー ちくわの煮物 牛乳 オレンジ	ソファール(フレンチ) 干し芋	せんべい リンゴジュース	ご飯	378	16.9	11.6	0.8	
27 火	五目納豆 さつまいもの甘煮 牛乳 バナナ	せんべい 野菜生活	クラッカー ヤクルト	ご飯	301	12.1	8.4	1.3	
28 水	さばの味噌煮 ポテトサラダ 若布汁 いちご	ミルクリッチ 牛乳	ビスケット ほうじ茶	ご飯	415	21.9	19.7	2	
29 木	じゃがいも入り酢豚 花型卵 小松菜汁 グレープフルーツ	焼き芋 牛乳	バナナ	ご飯	368	13	11.8	1.2	
30 金	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 はっさく	ぶどうゼリー せんべい	ビスコ ほうじ茶	スパゲティ	546	25.1	15.2	1.4	
31 土	クロワッサンサンド ホルシチ 牛乳 みかん	バナナ	玉子ポロロ ほうじ茶	クロワッサン	598	16.5	32.5	1.5	



材料の都合により献立を変更する場合があります

面川報徳保育園分園 大戸報徳保育園