



3月献立表

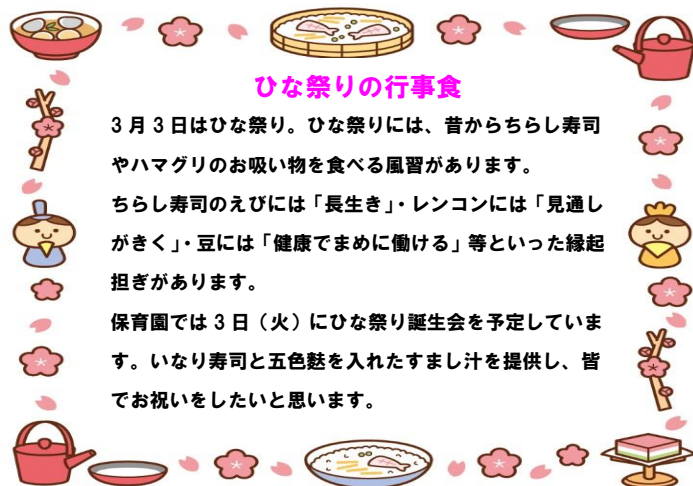


令和2年3月1日 社会福祉法人三心会 豊間根保育園

日	曜	おやつ(未満児)	献立名	アレルギー児対応食材	おやつ(全園児)
1	日				
2	月	牛乳・ビスケット	鮭のマヨネーズ焼き・もやし炒め・かぼちゃ煮・肉団子スープ・バナナ		牛乳・かりんとう
3	火	牛乳・ひなあられ	いなり寿司・細巻き・鶏肉の照り焼き・マカロニサラダ・茹でブロッコリー・すまし汁・オレンジ(ひな祭り誕生会)		カルビス★桜餅
4	水	豆乳・おととと	麻婆豆腐・ツナサラダ・さつま芋の天ぷら・わかめスープ・果物(以:グレープフルーツ・未:バナナ)		牛乳 ★フレックファッチ マスカットゼリー
5	木	牛乳・ウエハース	鯖のごま味噌焼き・スパゲティサラダ・ツナ和え・白菜の味噌汁・オレンジ	スパゲティサラダ: 卵除去(茹で卵)	
6	金	牛乳・サツポロボテト	豚肉のソース焼き・切干大根煮・トマト・豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳★ピザ
7	土	ヨーグルト	ハヤシライス・コンソメスープ・バナナ		麦茶・パイ菓子
8	日				
9	月	牛乳・ハーベスト	コロッケ・フレンチサラダ・トマト・大根の味噌汁・オレンジ	コロッケ:卵除去 (つなぎ)	牛乳・ビスケット
10	火	牛乳・せんべい	鯉の天ぷら・大根サラダ・茹でブロッコリー・高野豆腐の味噌汁・果物(以:グレープフルーツ・未:バナナ)	鯉の天ぷら: 卵除去(つなぎ)	牛乳★シュガーラスク
11	水	豆乳・クラッカー	鶏肉のさっぱり焼き・千切り野菜の炒め煮・お浸し・厚揚げの味噌汁・バナナ		ヨーグルト
12	木	牛乳・コーン菓子	餃子・れんこんサラダ・枝豆・わかめスープ・オレンジ		麦茶★お好み焼き
13	金	牛乳・ビスコ	鮭のレモン焼き・野菜炒め・トマト・うどん・果物(以:グレープフルーツ・未:バナナ)		牛乳★チョコ蒸しパン
14	土	ヨーグルト	ミートソーススパゲティ・野菜スープ・バナナ		麦茶・せんべい
15	日				
16	月	牛乳・サブレ	鶏肉のりんごソース焼き・ひじき煮・ごま和え・シチュー・バナナ	りんごソース焼き: 照り焼きに代替え	牛乳★クッキー
17	火	牛乳・せんべい	鮭の西京焼き・カブのあっさり煮・枝豆・若布の味噌汁・オレンジ		牛乳★豆腐ナゲット
18	水	豆乳・ビスケット	メンチカツ・コーンサラダ・トマト・白菜の味噌汁・果物(以:グレープフルーツ・未:バナナ)	メンチカツ:卵除去 (つなぎ)	牛乳・せんべい
19	木	牛乳・コーン菓子	すき焼き風煮・春雨ソテー・茹でブロッコリー・若布の味噌汁・オレンジ		ヨーグルト
20	金		春分の日		
21	土	ヨーグルト	カレーライス・牛乳・バナナ (卒園式)		麦茶・ビスケット
22	日				
23	月	牛乳・クラッカー	ハムカツ・切干大根煮・ごま和え・芋の味噌汁・果物(以:グレープフルーツ・未:バナナ)	ハムカツ:卵除去 (つなぎ)	牛乳・揚げせんべい
24	火	牛乳・ビスコ	ハンバーガー・唐揚げ・コーンサラダ・フライドポテト・野菜スープ・イチゴ・ミニゼリー (お別れ会)		★フルーツヨーグルト
25	水	牛乳・コーン菓子	エビグラタン・大豆煮・ゆかり和え・若布の味噌汁・バナナ		牛乳★黒ごまトースト
26	木	牛乳・せんべい	信田煮・ごぼうサラダ・きゅうりの中華和え・キャベツの味噌汁・オレンジ		ミルク・ビスケット
27	金	豆乳・サブレ	鯖の香味焼き・スパゲティソテー・ナムル・大根の味噌汁・果物(以:グレープフルーツ・未:バナナ)		麦茶★おにぎり
28	土	ヨーグルト	鶏そぼろ丼・豆腐の味噌汁・バナナ		麦茶・せんべい
29	日				
30	月	牛乳・おととと	鶏肉の甘辛煮・板かま和え・こぶき芋・高野豆腐の味噌汁・バナナ		★ラーメン
31	火	牛乳・ウエハース	タラフライ・ハムサラダ・トマト・もやしの味噌汁・オレンジ	タラフライ:卵除去 (つなぎ)	マスカットゼリー

3月平均摂取エネルギー(以上児:552kcal・未満児:496kcal)

※果物の記載は、以:3・4・5歳児、未:0・1・2歳児に提供する予定です。



ひな祭りの行事食

3月3日はひな祭り。ひな祭りには、昔からちらし寿司やハマグリのお吸い物を食べる風習があります。
ちらし寿司のえびには「長生き」、レンコンには「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」といった縁起担ぎがあります。
保育園では3日(火)にひな祭り誕生会を予定しています。いなり寿司と五色巻を入れたすまし汁を提供し、皆でお祝いをしたいと思ひます。

1年間を振り返って

今年度も後1か月となりました。今月も年長組の皆さんからのリクエストメニューを取り入れています(下線記載)。給食、おやつ、クッキング等、友達や先生、保護者の皆様や地域の方と楽しい時間を過ごしました。「美味しかった」とたくさん笑顔が見られ、心も体も成長した1年でした。



- ※おやつは、市販品・手作り共にアレルギーフリーの物を提供します。
- ※マヨネーズ、ハム、ベーコン、ウィンナー、魚肉ソーセージ、ちくわはアレルギーフリーの物を使用します。
- ※お箸、おしぼりセットは毎日きれいに持たせてください。
- ※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。
- ※ご家庭での食事において変化等がありましたら、お知らせください。