2018年度

3がつ こんだてひょう

向原保育園

		乳児		幼児	
日	曜	午前食	午後食	昼食	おやつ
1	金	ミルクパン,豆腐カレーソース焼き コールスローサラダ,ポパイスープ,牛乳	スイートポテト,すまし汁(大根) いちごヨーグルトゼリー	ミルクパン,豆腐カレーソース焼き コールスローサラダ,ポパイスープ	ひなあられ いちごヨーグルトゼリー
2	土	五目チャーハン 春雨中華和え,わかめスープ(豆腐),牛乳	ごまトースト,牛乳 すまし汁(麩),くだもの	五目チャーハン,春雨中華和え,わかめスープ(豆腐)	ごまトースト 牛乳,くだもの
4	月	みそ煮込みうどん,高野豆腐と豚ひき肉の重ね煮,牛乳	ツナおにぎり,牛乳 すまし汁(かぶ),くだもの	みそ煮込みうどん,高野豆腐のはさみ煮,くだもの	ツナおにぎり,牛乳
5	火	ごはん,さばケチャップ煮 キャベツのおかか和え,すまし汁(里芋),牛乳	くるくるスコーン,牛乳 コーンのスープ,くだもの	ごはん,さばケチャップ煮 キャベツのおかか和え,すまし汁(里芋)	くるくるスコーン 牛乳,くだもの
6	水	ごはん,豚肉のしょうが焼き さつま芋ミルク煮,みそ汁(大根),牛乳	チーズ蒸しパン,牛乳 白菜スープ	ごはん 豚肉のしょうが焼き,さつま芋ミルク煮,みそ汁(大根)	チーズ蒸しパン,牛乳 白菜スープ
7	木	チキンピラフ,切干大根のサラダ,ABCスープ,牛乳	納豆入りお好み焼き,牛乳 すまし汁(麩),くだもの	チキンピラフ,切干大根のサラダ,ABCスープ,くだもの	納豆入りお好み焼き,牛乳
8	金	ごはん,白身魚ねぎソース煮 人参ツナ和え,みそ汁(かぼちゃ),牛乳	きなこクリームサンド 牛乳,大根スープ	ごはん 白身魚ねぎソース煮,人参ツナ和え,みそ汁(かぼちゃ)	きなこクリームサンド,牛乳
9	土	ちゃんぽんうどん,生揚げと昆布の煮物,牛乳	チーズおにぎり,牛乳 みそ汁(じゃが芋),くだもの	ちゃんぽんうどん,生揚げと昆布の煮物,くだもの	チーズおにぎり,牛乳
11	月	ロールパン,豆腐とツナのチーズ焼き ポテトサラダ,トマトスープ,牛乳	昆布おにぎり,牛乳 みそ汁(もやし)	ロールパン 豆腐とツナのチーズ焼き,ポテトサラダ,トマトスープ	昆布おにぎり,牛乳
12	火	ごはん,サワラごま味噌焼き れんこんきんぴら,すまし汁(豆腐),牛乳	肉団子うどん 牛乳,くだもの	ごはん,サワラごま味噌焼き れんこんきんぴら,すまし汁(豆腐)	コーンフレーククッキー 牛乳,くだもの
13	水	春野菜スパゲティー ブロッコリーサラダ,コーンと卵のスープ,牛乳	しらすおにぎり,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの	春野菜スパゲティー ブロッコリーサラダ,コーンと卵のスープ,くだもの	じゃこおにぎり,牛乳
14	木	ごはん,納豆入りフィッシュバーグ 切り昆布の炒め煮,みそ汁(もやし),牛乳	ミートロール,牛乳 かぶのスープ	ごはん,納豆入りフィッシュバーグ 切り昆布の炒め煮,みそ汁(もやし)	ウインナーロール,牛乳
15	金	鮭ごはん,チキンバーベキュー ブロッコリーチーズ和え,そうめん汁,牛乳	レーズン蒸しパン,牛乳 すまし汁(じゃが芋)	誕生会　お楽しみ給食	
16	土	ツナ入り炊き込みごはん 野菜の炒め煮,みそ汁(キャベツ),牛乳	ジャムサンド,牛乳 コーンのスープ	ツナ入り炊き込みごはん 野菜の炒め煮,みそ汁(キャベツ)	ジャムサンド,牛乳
18	月	きつねうどん,かぼちゃのじゃこ和え,牛乳	肉まん,牛乳 みそ汁(白菜),くだもの	きつねうどん,かぼちゃのじゃこ和え,くだもの	肉まん,牛乳
19	火	ごはん,かじきホワイトソース煮 大根のオイスター炒め煮,すまし汁(麩),牛乳	焼きそば,牛乳 中華スープ	ごはん,かじきホワイトソース煮 大根のオイスターソース炒め煮,すまし汁(麩)	焼きそば,牛乳
20	水	わかめごはん,鶏肉のマーマレード焼き さつま芋サラダ,みそ汁(豆腐),牛乳	チョコクリームサンド,牛乳 トマトスープ	わかめごはん,鶏肉のマーマレード焼き さつま芋サラダ,みそ汁(豆腐)	チョコクリームサンド 牛乳
21	木	春分の日			
22	金	ごはん,豚肉の卵焼き 小松菜の磯和え,すまし汁(はんぺん),牛乳	しらすうどん,牛乳,くだもの	ごはん 豚肉の卵焼き,小松菜の磯和え,すまし汁(はんぺん)	ぼたもち,牛乳
23	土	カレードッグパン ポテトチーズサラダ,野菜スープ,牛乳	わかめおにぎり,牛乳 みそ汁(大根)	カレードッグパン,ポテトチーズサラダ,野菜スープ	わかめおにぎり,牛乳
25	月	ごはん,マーボー豆腐 キャベツ昆布和え,はるさめスープ,牛乳	大根もち,牛乳 すまし汁(じゃが芋),くだもの	ごはん マーボー豆腐,キャベツ昆布和え,はるさめスープ	大根もち,牛乳,くだもの
26	火	わかめごはん 鶏肉ヨーグルト焼き,春雨サラダ,豆乳みそ汁(白菜)	マカロニきなこ,牛乳 もやしスープ	わかめごはん 鶏肉ヨーグルト焼き,春雨サラダ,豆乳みそ汁(白菜)	スキムミルクわらびもち 牛乳
27	水	あんかけ焼そば こんにゃく甘辛煮,すまし汁(かぶ),牛乳	グリンピースおにぎり 牛乳,みそ汁(キャベツ)	あんかけ焼そば,こんにゃく甘辛煮,すまし汁(かぶ)	グリンピースおにぎり 牛乳
28	木	ごはん,鮭のクリームコーン煮 ひじきの五目和え,みそ汁(なす),牛乳	フライドポテト,リゾットスープ フルーツヨーグルト	ごはん,鮭のクリームコーン煮 ひじきの五目和え,みそ汁(なす)	フライドポテト フルーツヨーグルト
29	金	チキンカレーライス,マカロニサラダ,白菜スープ,牛乳	メロンパン,牛乳 すまし汁(豆腐)	チキンカレーライス,マカロニサラダ,白菜スープ	メロンパン,牛乳
30	土	ミートソーススパゲティー ブロッコリー,もやしスープ,牛乳	あけぼのおにぎり,牛乳 みそ汁(さつま芋),くだもの	ラザニア,ブロッコリー,もやしスープ,くだもの	あけぼのおにぎり,牛乳
31	日				

		ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)
乳児	目標量	505	19	15	1.8
	摂取量	505	19.2	15.4	1.8
幼児	目標量	595	22	17.8	2
	摂取量	595	22.1	18	1.9

都合により、献立が変更になる場合がございます

2歳児の牛乳は午後食のみとなり、
幼児おやつへ移行していきます

年長児のリクエストメニュー　～クラスごとに食べたいメニューを話し合って決めました～

18日・・どんぐり、20日・・くり、25日・・くるみ、26日・・まつぼっくり