



3月給食献立予定表

令和6年度 プメハナ リコども園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
3	月	(未)ちらし寿司(以)手巻き寿司 チキンナゲット 花麩のすまし汁	ひなゼリー (ゼリー)	牛乳、チキンナゲット、ツナ 桜でんぶ、ワインナー、 厚焼き卵	米、マヨネーズ、上白糖 油、麩	いちご、きゅうり、にんじん、えのきたけ 葉ねぎ、のり	298	ひなまつりメニューです。
							370	上手に巻いて 食べられるかな?
							333	マグロは脂がのっていて 食べやすくとも美味しい
4	火	魚の酢豚 ブロッコリーサラダ わかめスープ	ビスコ (赤ちゃんせんべい)	牛乳、まぐろ、かまぼこ	米、片栗粉、油、マヨネーズ 上白糖、すりごま	玉ねぎ、ブロッコリー、にんじん、白ねぎ グリンピース、干し椎茸、わかめ しょうが、パイン缶	471	ですよ!
							324	
							406	
5	水	カレー ハムとらっきょうのサラダ ヨーグルト	もちもちチーズパン (赤ちゃんビスケット)	牛乳、ヨーグルト、豚肉 ハム、粉チーズ	米、じゃがいも、白玉粉、油	たまねぎ、きゅうり、にんじん、りんご 甘酢らっきょう、グリンピース レモン果汁	356	
							445	
							508	みんな大好き納豆サラダが 登場します!
7	金	ひじき入り卵焼き 納豆サラダ 味噌汁	お好み焼き (赤ちゃんせんべい)	牛乳、鶏卵、木綿豆腐 納豆、鶏肉、ハム、チーズ 味噌	米、好み焼き粉、ながいも 上白糖、油、ごま油、ごま	はくさい、にんじん、たまねぎ、きゅうり 葉ねぎ、グリンピース、ひじき、わかめ あおのり	635	
							472	
							591	
10	月	食パン ツナとマカロニのグラタン オニオンスープ バナナ	塩昆布と おかかのおにぎり (おにぎり)	牛乳、ツナ、バター、ハム 粉チーズ、かつお節	食パン、米、マカロニ 小麦粉、パン粉、とうもろこし あおのり、バナナ	たまねぎ、にんじん、塩昆布、葉ねぎ あおのり、バナナ	432	
							541	
							483	たっぷり油揚げが入った 大人気のきつねうどんです。
12	水	きつねうどん 磯部揚げ ゼリー	抹茶蒸しパン (蒸しパン)	牛乳、鶏肉、ちくわ、油揚げ 鶏卵、練乳	うどん、小麦粉、てんぶら粉 グラニュー糖、油、上白糖	にんじん、たまねぎ、葉ねぎ、あおのり	604	
							420	フルーツサンドの 中身はなにかな? お楽しみに!
							525	
13	木	あじのかば焼き ほうれん草としめじの和え物 味噌汁	フルーツサンド (食パン)	牛乳、あじ、生クリーム 味噌、油揚げ、かつお節	米、食パン、片栗粉、油 上白糖	ほうれん草、だいこん、バナナ、しめじ にんじん、わかめ	500	
							625	
							340	エルアの年長の あずさちゃんの リクエストメニューです!
17	月	焼肉 ちりめんと千切り野菜のサワー かきたま汁	パナナ (パナナ)	牛乳、豚肉、鶏卵 ちりめんじゃこ	米、上白糖、油、片栗粉	たまねぎ、きゅうり、にんじん、葉ねぎ しょうが、切干大根、ゆかり、バナナ	426	
							459	お別れ会メニュー! 年長さんが考えてくださいました。
							574	
18	火	お楽しみ給食	お楽しみおやつ (赤ちゃんウエハース)	牛乳、豚肉、鶏肉、ハム 鶏卵、バター、チーズ	米、ロールパン、小麦粉、油 フライドポテト、上白糖、ピザ 餃子の皮、パン粉、ごま油	きゅうり、たまねぎ、はくさい、みかん缶 パイン缶、桃缶、ピーマン、にんじん	348	
							435	
							435	
19	水	魚の味噌煮 栄養きんぴら けんちん汁	ステイックパン (ステイックパン)	牛乳、さば、木綿豆腐 豚肉、黒はんぺん、味噌 ちくわ	米、ステイックパン、油 上白糖、ごま	にんじん、ごぼう、ピーマン、葉ねぎ しょうが、切干大根	409	
							512	
							461	
21	金	愛情弁当					368	
							461	
							437	1年間 ありがとうございました◎
24	月	コロッケ 小松菜のごま和え 味噌汁	ちんすこう (赤ちゃんクッキー)	牛乳、味噌、かつお節	米、小麦粉、油、三温糖 ごま、ごま油	こまつな、たまねぎ、なめこ、葉ねぎ きゅうり、にんじん	348	
							435	
							360	
25	火	厚揚げのミートソース煮 ブロッコリーのおかか和え えのきともやしのスープ	ぼたぼた焼き (赤ちゃんせんべい)	厚揚げ、豚肉、ベーコン かつお節	米、上白糖、とうもろこし	たまねぎ、ブロッコリー、もやし えのきともやし、グリンピース、葉ねぎ にんじん	451	
							409	
							512	
26	水	しいたけんぶり 切干大根のパンバンジー 味噌汁	たい焼き (赤ちゃんウエハース)	豚肉、ツナ、油揚げ、味噌	米、たいやき、じゃがいも マヨネーズ、上白糖、油 ごま、すりごま	たまねぎ、にんじん、きゅうり、葉ねぎ 切干大根、グリンピース、干し椎茸	368	
							461	
							437	
27	木	肉団子と春雨のスープ煮 カレー金平 ゼリー	水族館ビスケット (赤ちゃんビスケット)	鶏卵、豚肉	米、じゃがいも、はるさめ、油 パン粉	たまねぎ、にんじん、はくさい、ピーマン 干し椎茸	349	
							437	
							437	

*エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です *おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです

