

平成 31年 3月 予定献立表

足利両野保育園

曜日	献立名	10時おやつ	3時おやつ	きいろ 働く力になる	あか 血・肉・骨になる	みどり 体の調子を良くする
月	11 米 チキンカレー ほうれん草しらす和え 幼児りんご	25 麦茶 せんべい	スキムミルク もちもちチーズボン	米、じゃがいも、白玉粉、ホットケーキミックス、油、ごま	鶏もも肉 角切り、牛乳、脱脂粉乳、しらす干し、チーズ	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、きゅうり、マッシュルーム、グリーンピース、りんごジュース
火	12 タンメン ひじきの中華和え アーモンド小魚	26 牛乳 (Fe.Ca) ぶどうぱん	幼児オレンジ菓子 26日牛乳 ロールケーキ	中華めん、ごま油、砂糖	豚肉、アーモンド小魚、ハム	オレンジジュース、にんじん、もやし、たけのこ、きゅうり、ねぎ、コーン、にら、しいたけ、ひじき
水	13 フィッシュバーガー 蒸し野菜 ミネストローネ	27 ヨーグルト	いよかん ビスケット	コッペパン、マヨネーズ、油、マカロニ	白身魚、ベーコン	いよかん、キャベツ、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、トマト、チンゲンサイ、トマトピューレ、グリーンピース
木	14 米 野菜炒め さつまいもと南瓜の胡麻和え 味付のり	乳酸菌飲料 ウエハース	プリン 菓子	米、さつまいも、油、ごま、砂糖	豚肉(もも) 小間	キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、もやし、にんじん、えのきたけ、ピーマン、にら、しいたけ、コーン、味付けのり
金	1 ちらしずし スティック胡瓜 すまし汁	15 幼児麦茶 せんべい	スキムミルク じゃがバター 1日ひなあられ	じゃがいも、米、砂糖、油	卵、鶏もも肉 角切り、脱脂粉乳、バター	きゅうり、ほうれんそう、にんじん、ごぼう、れんこん、えのきたけ、ねぎ、しいたけ、かんぴょう、いんげん、刻みねぎ
土	2 カツパン キャベツのソテー 小松菜のスープ	16 幼児野菜 せんべい	牛乳 菓子	油、ごま	牛乳、カツ、ベーコン	キャベツ、こまつな、もやし、しいたけ、にんじん
月	4 食パン 鶏のから揚げ チーズサラダ クラムチャウダー(豆乳)	18 牛乳 (Fe.Ca) ビスケット	油揚げうどん	食パン、うどん、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖	鶏むね肉30g そぎ切り、豆乳、チーズ、豚肉(もも) スライス1cm幅、あさり、油揚げ	たまねぎ、レタス、にんじん、コーン、パセリ、ほうれんそう、きゅうり、ねぎ、にんにく、しょうが
火	5 米 豚肉と大豆の煮物 キャベツと竹輪のみそマヨ和え 麦茶・ごま塩・いちご	19 幼児りんご かりんとう	ヨーグルト ビスケット	米、マヨネーズ、油、砂糖、ごま	ヨーグルト、豚肉(もも) 小間、大豆、ちくわ、みそ	キャベツ、にんじん、たけのこ、ごぼう、きゅうり、いちご
水	6 しめじご飯 鱈の南部焼き 小松菜の生姜和え 大根の煮物	20 ヨーグルト	コーンフレーク	米、砂糖、ごま、油	牛乳、さわら	だいこん、こまつな、しめじ、もやし、きゅうり、にんじん、しょうが、
木	7 麻婆豆腐 中華胡瓜 ブロッコリーとえびのスープ	麦茶 せんべい	牛乳100 菓子 昆布	米、片栗粉、ごま油、砂糖、油	牛乳、豆腐、豚ひき肉、えび、みそ	きゅうり、ブロッコリー、かぶ、しめじ、ねぎ、かぶの葉、しいたけ、にんにく、しょうが
金	8 ドッグパン スパゲティサラダ フランクフルト ミニトマト	22 ほうじ茶 パイ	幼児ぶどう せんべい 22日ミルク がんづき	スパゲティ、マヨネーズ、油	牛乳、ウインナーソーセージ	ぶどうジュース、ミニトマト、レタス、きゅうり、コーン、にんじん、たまねぎ
土	9 あんかけうどん わかめとイカの酢の物	23 牛乳100 クラッカー	ゼリー 菓子	うどん、片栗粉、砂糖、ごま油	ロールイカ 1cm角、豚肉(もも) スライス1cm幅	はくさい、もやし、きゅうり、にんじん、たけのこ、わかめ、ねぎ、にら

28(木)~4月2(火)まで給食ありません。

＜一年をふりかえって＞

今年度はどんな一年だったかな？

好きな食べ物増えたかな？

苦手な食べ物減ったかな？

いただきますが言えたかな？

きっと前よりもいろんなことができるようになったでしょう。来年度もいろいろな活動を

1食当たり平均栄養価		
	3歳未満児	3歳以上児
エネルギー	526kcal	548kcal
たんぱく質	20.0g	20.9g
脂質	15.3g	17.2g
塩分	1.8g	1.9g

