



2023年度 3月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	金	せんべい ほうじ茶	★ちらし寿司 えびフリッター ブロッコリーサラダ 菜の花のすまし汁 桜ゼリー★	★カップケーキ カルピス★	クッキー ほうじ茶
2	土	せんべい 牛乳	チンジャオロース丼 豆乳昆布スープ バナナ	バニラクレープ 牛乳	せんべい ほうじ茶
3	日				
4	月	せんべい 牛乳	ごはん 玉子焼き 雪菜の海苔和え なめこ汁 オレンジ	マカロニきなこ 牛乳	せんべい ほうじ茶
5	火	ビスケット 牛乳	ごはん 豚の生姜焼き コロコロサラダ コンソメスープ キウイフルーツ	ホイップサンド カルピス	せんべい 牛乳
6	水	クッキー ほうじ茶	ごはん 鱈の照り焼き かみなり豆腐 豆乳汁 パイン	醤油ラーメン ほうじ茶	せんべい 牛乳
7	木	ビスケット アップルジュース	★ケチャップライス ポテトサラダ 春雨スープ せとか★	スイートポテト ほうじ茶	ボーロ ほうじ茶
8	金	せんべい ほうじ茶	食パン 鱈のムニエル アスパラソテー ミネストローネ バナナ	じゃこねぎごはん 牛乳	クッキー ほうじ茶
9	土	ボーロ 牛乳	ちゃんぽんうどん きんぴられんこん パイン	ツナコーンごはん 牛乳	
10	日				
11	月	クッキー ほうじ茶	ごはん 五目豆腐 中華スープ りんご	人参ケーキ 牛乳	クッキー ほうじ茶
12	火	せんべい 牛乳	ごはん 鯖の西京焼き 金平ポテト 豆腐のすまし汁 バナナ	クラッカーサンド 牛乳	ビスケット ほうじ茶
13	水	ビスケット ほうじ茶	ごはん 大豆入りミートローフ かぼちゃ煮 野菜スープ パイン	カステラ アップルジュース	せんべい カルピス
14	木	ウエハース ほうじ茶	★麦ごはん 鶏のから揚げ 春雨和え かき玉汁 りんご★	じゃがいもお焼き 牛乳	クラッカー ほうじ茶
15	金	クッキー オレンジジュース	ホワイトパン 鯛の香味焼き 人参グラッセ コーンスープ キウイフルーツ	五平もち 牛乳	せんべい ほうじ茶
16	土	せんべい 牛乳	チンジャオロース丼 豆乳昆布スープ バナナ	バニラクレープ 牛乳	
17	日				
18	月	せんべい 牛乳	ごはん 玉子焼き 雪菜の海苔和え なめこ汁 オレンジ	マカロニきなこ 牛乳	せんべい ほうじ茶
19	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 鱈の照り焼き かみなり豆腐 豆乳汁 パイン	醤油ラーメン ほうじ茶	せんべい 牛乳
20	水		しゅんぶん ひ 春分の日		
21	木	せんべい ほうじ茶	ミートソーススパゲティ- パンプキンサラダ バナナ ほうじ茶	ミニメロンパン 牛乳	ボーロ ほうじ茶
22	金	せんべい ヤクルト	食パン 鱈のムニエル アスパラソテー ミネストローネ いよかん	ぼたもち 牛乳	クッキー ほうじ茶
23	土	ボーロ 牛乳	ちゃんぽんうどん きんぴられんこん パイン	ツナコーンごはん 牛乳	
24	日				
25	月	クッキー ほうじ茶	ごはん 五目豆腐 中華スープ りんご	豆乳フレンチトースト 牛乳	クッキー ほうじ茶
26	火	せんべい 牛乳	ごはん 鯖の西京焼き 金平ポテト 豆腐のすまし汁 バナナ	クラッカーサンド 牛乳	ビスケット ほうじ茶
27	水	クッキー 牛乳	ごはん スパイシーポーク コールスロー あさりのみそ汁 いよかん	★ショートケーキ ほうじ茶★	せんべい カルピス
28	木	ウエハース ほうじ茶	麦ごはん 高野豆腐のから揚げ 春雨和え かきたま汁 りんご	じゃがいもお焼き 牛乳	クラッカー ほうじ茶
29	金	クッキー オレンジジュース	ホワイトパン 鯛の香味焼き 人参グラッセ コーンスープ キウイフルーツ	五平もち 牛乳	せんべい ほうじ茶
30	土	せんべい 牛乳	ピピンパ丼 中華スープ バナナ	いまがやき 今川焼(クリーム) 牛乳	
31	日				

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しております。



★行事食★

3/1	(金)	昼食	ひな祭りメニュー
3/7.14	(木)	昼食	けやき組リクエストメニュー
3/22	(金)	午後おやつ	お彼岸メニュー
3/27	(水)	午後おやつ	修了お祝い会メニュー



1ヶ月平均栄養価	☆エネルギー	☆たんぱく質	☆脂質	☆食塩相当量
3歳未満児	490kcal	19.1g	15.5g	1.3g
3歳以上児	580kcal	23.7g	18.3g	1.6g