



2024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

※くるみ、ピーカンナッツ、ヘーゼルナッツ等のナッツ類は使用していません

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	土	ポーロ 牛乳	ミートソーススパゲティ ミルクスープ バナナ	カステラ 牛乳		
2	日	ひなまつりメニュー				
3	月	せんべい ほうじ茶	★ちらしご飯 ^{はん} 鶏 ^{とり} の照り焼 ^{てやき} /さつま芋 ^{いも} 甘煮 ^{あまに} 花 ^{はな} 野菜 ^{やさい} サラダ ^{さくら} 桜ゼリー ^な 菜 ^{はな} の花 ^{はな} のすまし汁 ^{じゅ} ★	★いちごのケーキ★ カルピス	せんべい ほうじ茶	
4	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 豆腐 ^{とうふ} の肉 ^{にく} みそグラタン ツナサラダ りんご わかめスープ	野菜チップス 牛乳	せんべい ほうじ茶	
5	水	クッキー ほうじ茶	リクエスト メニュー ★ちゃんぽんうどん かぼちゃ ^に 煮 ^に パイン★	ココアトースト 牛乳	せんべい ほうじ茶	
6	木	せんべい ほうじ茶	ゆかりごはん 高野豆腐 ^{こうやとうふ} のからあげ 春雨 ^{はるさめ} あえ キウイフルーツ かきたま汁 ^{じゅ}	ミニメロンパン 牛乳	ポーロ ほうじ茶	
7	金	せんべい 牛乳	ジャムパン あじのムニエル ポパイソテー いよかん ミネストローネ	ドライハヤシ ほうじ茶	クラッカー カルピス	
8	土	せんべい 牛乳	チンジャオロース ^{どん} 丼 豆乳 ^{とうにゅう} スープ バナナ	チーズドック 牛乳		
9	日					
10	月	クッキー ほうじ茶	ごはん さわらの西京焼 ^{さいきょうや} き じゃがいも ^{いた} 炒 ^{いた} め キウイフルーツ 豆腐 ^{とうふ} のすまし汁 ^{じゅ}	人参ケーキ 牛乳	ビスケット ほうじ茶	
11	火	クラッカー アップルジュース	ごはん 五目豆腐 ^{ごもくとうふ} デコポン ^{ちゅうか} 中華スープ	五平もち ほうじ茶	せんべい カルピス	
12	水	せんべい 牛乳	ごはん ぶりの照り焼 ^{てやき} かみなり豆腐 ^{とうふ} バナナ じゃがいものみそ汁 ^{しゅ}	醤油ラーメン ほうじ茶	せんべい ほうじ茶	
13	木	ビスケット ほうじ茶	ごはん 大豆 ^{だいず} 入りミートローフ ツナじゃが オレンジ 野菜 ^{やさい} スープ	豆腐ドーナツ アップルジュース	ウエハース ほうじ茶	
14	金	せんべい ほうじ茶	リクエスト メニュー ★黒糖 ^{こくとう} パン 鰯 ^{かれい} のピカタ 人参 ^{にんじん} グラッセ パイン コーンスープ★	ケチャップライス 牛乳	せんべい ほうじ茶	
15	土	ポーロ 牛乳	ミートソーススパゲティ ミルクスープ バナナ	カステラ 牛乳		
16	日					
17	月	せんべい ほうじ茶	ごはん ぎせい豆腐 ^{とうふ} 雪菜 ^{ゆきな} ののり ^あ 和え ^あ パイン なめこ汁 ^{じゅ}	フライドポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶	
18	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 鮭 ^{さけ} のオーロラ ^や 焼き ^や 金平 ^{きんぺい} れんこん りんご 昆布 ^{こんぶ} のすまし汁 ^{しゅ}	クラッカーサンド 牛乳	せんべい ほうじ茶	
19	水	クッキー ほうじ茶	ごはん スパイシーポーク コロコロサラダ バナナ コンソメスープ	揚げパン カルピス	せんべい ほうじ茶	
20	木	春分の日				
21	金	せんべい 牛乳	ジャムパン あじのムニエル ポパイソテー いよかん ミネストローネ	★手作りぼたもち★ 牛乳	クラッカー ほうじ茶	
22	土	せんべい 牛乳	チンジャオロース ^{どん} 丼 豆乳 ^{とうにゅう} スープ バナナ	チーズドック 牛乳		
23	日					
24	月	クッキー ほうじ茶	ごはん さわらの西京焼 ^{さいきょうや} き じゃがいも ^{いた} 炒 ^{いた} め キウイフルーツ 豆腐 ^{とうふ} のすまし汁 ^{じゅ}	人参ケーキ 牛乳	ビスケット ほうじ茶	
25	火	せんべい 牛乳	ごはん ぶりの照り焼 ^{てやき} かみなり豆腐 ^{とうふ} バナナ じゃがいものみそ汁 ^{しゅ}	醤油ラーメン ほうじ茶	せんべい ほうじ茶	
26	水	ビスケット ほうじ茶	★いわ ^{いわ} お祝い ^{いわ} カレー から揚げ ^あ 花 ^{はな} 野菜 ^{やさい} サラダ ^{しゅあ} ジョア 春雨 ^{はるさめ} スープ★	★いちごのモンブラン★ ほうじ茶	せんべい カルピス	
27	木	ビスケット ほうじ茶	ごはん 大豆 ^{だいず} 入りミートローフ ツナじゃが オレンジ 野菜 ^{やさい} スープ	豆乳フレンチトースト アップルジュース	ウエハース ほうじ茶	
28	金	せんべい ほうじ茶	黒糖 ^{こくとう} パン 鰯 ^{かれい} のピカタ 人参 ^{にんじん} グラッセ パイン コーンスープ	五平もち 牛乳	せんべい ほうじ茶	
29	土	せんべい 牛乳	かきあげ ^{どん} 丼 もやし ^あ のナムル バナナ 中華 ^{ちゅうか} スープ	どらやき 牛乳		
30	日					
31	月	せんべい ほうじ茶	ごはん ぎせい豆腐 ^{とうふ} 雪菜 ^{ゆきな} ののり ^あ 和え ^あ パイン なめこ汁 ^{じゅ}	さつまいももち 牛乳	クッキー ほうじ茶	

※献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつ^{おやつ}のせんべい、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います。

お知らせ

★今月の行事食★

- ・3日(月) ひなまつり会 3歳以上児は昼食の会食を予定しております
- ・5日(水) 14日(金) けやき組リクエストメニュー
- ・21日(金) 春のお彼岸
- ・26日(水) 修了お祝い会メニュー



今月の平均栄養価



	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
・3歳未満児	499kcal	19.3 g	15.6 g	1.3 g
・3歳以上児	605kcal	23.5 g	18.8 g	1.5 g