



令和4年度



献立表



日	曜日	主食・副食	10時おやつ	3時おやつ	赤の食品	黄の食品	緑の食品
1	水	ごはん・麻婆豆腐	たべっこ動物	野菜チップス	豆腐・豚挽肉	ごはん・春雨・片栗粉	葱・赤ピーマン・トマト
15		春雨サラダ・たまごスープ	牛乳	マスカットヨーグルト	ハム・卵・牛乳	ごま油・ヨーグルト・さつまいも	胡瓜・玉葱・蓮根
2	木	ごはん・ミートローフ	星たべよ	ココアお麩スナック	豚挽肉・チーズ・卵・牛乳	ごはん・パソ粉	玉葱・人参・ひじき
16		ひじき煮・厚揚げの味噌汁	こども麦茶	牛乳	大豆・油揚げ・厚揚げ	麩・バター	椎茸・大根・しめじ
3	金	★雛祭り・誕生会★ちらし寿司 鮭の葱味噌マヨネーズ焼き・菜の花の澄まし汁・いちご	ホムパイ	三色ゼリー	豚挽肉・卵・たら	ごはん・マヨネーズ	蓮根・人参・椎茸
4	土	ビビンバ丼・さつまいもの味噌汁	せんべい	チョコ	豚肉	ごはん・片栗粉	葱・生姜・ほうれん草
18		フルーツ入りフルーツ	牛乳	牛乳	牛乳	胡麻・さつまいも	もやし・わかめ・バナナ
6	月	りんごパイ・サンドイッチ	サラダせんべい	スイートポテト	鶏肉・バナナ・ヨーグルト・牛乳	バナナ・ヨーグルト・胡麻・バター	キャベツ・胡瓜・人参
20		しょうゆフルーツ・ミニトマトスープ	牛乳	スクミッド	ヨーグルト・牛乳	じゃが芋・さつまいも	トマト・セリ・玉葱
7	火	ごはん・煮込みおでん	麦ふあー	ココアあべかわ	竹輪・ウイパー・がんも	ごはん・こんにやく	大根・人参・昆布
8	水	ごはん・豚肉の生姜焼き	ハッピーターン	ヨーグルト	豚肉・ハム・油揚げ	ごはん・ココア・片栗粉	玉葱・ピーマン・生姜
22		マカロニサラダ・キャベツの味噌汁	牛乳	バナナ	牛乳・スクミッド	ヨーグルト・マヨネーズ	胡瓜・キャベツ・バナナ
9	木	カレーうどん・ブロッコリーのおかか和え	卵ポロ	鮭おにぎり	豚肉・かつお節	うどん・じゃが芋	玉葱・人参・グリンピース
23		おろし	牛乳	麦茶	牛乳・鮭	胡麻・ごはん	ブロッコリー・おろし
10	金	ごはん・かれの煮魚	チーズ	ホイップジャムサンド	かれい・納豆・チーズ・しらす	ごはん	ほうれん草・おろし
24		おろし・おろし・おろし・おろし	野菜&フルーツ	牛乳	豚肉・生クリーム・牛乳	パソ	人参・大根・葱・舞茸
11	土	サンドイッチ・たまごスープ	せんべい	クリーム	鶏肉・バナナ	ごはん	玉葱・人参・おろし
13	月	ミニクッキー・野菜のクリームチュー	マリベスク	春雨スープ	鶏肉・ツナ	パソ・ヨーグルト・バター	玉葱・人参・ブロッコリー
27		大根サラダ・きになる野菜(キャロット)	牛乳	ちゅうりっぷ〜(お)飲料 つくし・たんぽぽ 麦茶	牛乳・豚肉	じゃが芋・小麦粉・春雨	大根・胡瓜・椎茸
14	火	ごはん・肉じゃが	マリベスク	おろし 蒸しパソ	豚肉・豆腐	ごはん・じゃが芋	玉葱・人参・キャベツ
29		甘酢和え・なめこ汁	幼児ポロ	牛乳	卵・牛乳	白滝・ミックル粉	なめこ・みかん
17	金	★お別れ会★ お楽しみ献立	ギンビスパカラ	お祝いケーキ	豚肉・蒲鉾・卵・牛乳	中華麺・片栗粉	キャベツ・もやし・人参
28	火	ミートソースパゲティ・おろし	味しらべ	ぶどうゼリー	豚挽肉	パゲティ・ヨーグルト	玉葱・トマト・もやし
30	木	ごはん・さわらの香味焼き	リッツ	きな粉トースト	さわら・さつま揚げ	ごはん・胡麻	葱・生姜・人参・しめじ
		切り干し大根煮・かぶの胡麻味噌汁	こども麦茶	牛乳	油揚げ・牛乳・きな粉	パソ・バター	切り干し大根・かぶ

●献立は変更になる場合があります。ご了承ください。

●赤・黄・緑の三色食品群はその日の献立の主な食材を提示しています。

3月分平均栄養価

3歳以上児

熱量529kcal

たんぱく質20.6g

3歳未満児

熱量517kcal

たんぱく質19.4g



3月の給食は、卒園間近のゆり組さんから

「もう一度食べたい給食・おやつ」のアンケートを取り、人気の多かった

メニューを17日の【お別れ会】での給食に提供させて頂き、おやつも特別仕様の予定です。

また、出来る限り他のリクエストも取り入れたいと考え、今月の献立全体に

ゆり組さんのリクエストメニューが、ちりばめられています。

残りの保育園生活での給食を、

楽しいものにもしてもらいたいと思います。

ゆり組の皆様、アンケートのご協力

ありがとうございました。

