



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	麦茶	3	スキムミルク	4	麦茶	5	牛乳	6	麦茶	7	飲むヨーグルト
昼食	御飯、きのこのスープ、ミートボールグラタン、キャベツとりんごのサラダ		雛祭りそぼろ丼、すまし汁(ほうれん草)、ブロッコリーのカレーマヨサラダ、いちご		御飯、みそ汁(玉ねぎ・揚げ)、アジの味醂醤油焼き、ビーフン炒め		ナポリタン、白菜スープ、中華ポテト、チーズ		ポークカレーライス、イタリアンサラダ、ジョア		マーボー豆腐丼、中華スープ、バナナ	
午後	ミニカニパン(未満児)、クロワッサン(以上児)、牛乳		ケーキ、ひなあられ、カルピス		ソフールヨーグルト、せんべい		和風ツナおにぎり、おやつ昆布(以上児)、麦茶		お豆腐ドーナツ、牛乳		おにぎりせんべい、麦茶	
午前	9	スキムミルク	10	麦茶	11	牛乳	12	スキムミルク	13	麦茶	14	麦茶
昼食	親子丼、はるさめスープ、小松菜とツナのごま和え、パイナップル		御飯、みそ汁(もやし・わかめ)、八宝菜、マカロニサラダ		御飯、みそ汁(なめこ・ねぎ)、さばの竜田揚げ、韓国風和え物		五目うどん、カニカマと豆のサラダ、寒天入りホワイトボンチ		ご飯、みそ汁(豆腐・えのき)、ポークケチャップ、干草和え、キウイフルーツ		サンドイッチ、じゃがいもスープ、豆乳グラタン	
午後	カラフルゼリー		お好み焼き風蒸しパン、牛乳		バナナ、ビスケット、野菜ジュース		味噌おにぎり、麦茶		スノーボールクッキー、牛乳		ドーナツ、牛乳	
午前	16	りんごジュース	17	麦茶	18	スキムミルク	19	麦茶	20		21	オレンジジュース
昼食	御飯、すまし汁(玉ねぎ・しめじ)、鮭のパン粉焼き、はるさめサラダ		御飯、みそ汁(白菜・まいたけ)、スパニッシュオムレツ、ブロッコリーとささ身の和え物		塩ラーメン、和風ポテトサラダ、ぶどうゼリー		麦ごはん、みそ汁(大根・小松菜)、鶏のから揚げ、白菜のおかかチーズ和え、オレンジ				ハヤシライス、フルーツヨーグルト	
午後	ココアシュガートースト、牛乳		コーンフレーク入りクッキー、食べる小魚(以上児)、牛乳		きな粉ぼたもち、麦茶		フレンチトースト、牛乳				スティックパン、牛乳	
午前	23	牛乳	24	麦茶	25	スキムミルク	26	麦茶	27	牛乳	28	
昼食	チャーハン、中華スープ、焼きうどん、グレープフルーツ		ごはん、みそ汁(もやし・舞茸)、赤魚の煮付け、サラスパサラダ		御飯、けんちん汁、鶏肉のマーマレード焼き、納豆あえ、ぼんかん		御飯、わかめスープ、回鍋肉、大豆入りひじきの煮物		カレーライス、レタスサラダ、いちご			
午後	豆乳とココアのデザート、ウエハース		ベルギーワッフル、牛乳		塩焼きそば、麦茶		マーラーカオ、牛乳		ツナコンドリア、麦茶			
午前	30		31									
昼食	保育無し		保育無し									
午後												

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★

ちゃん(6日) カレー・ドーナツ・ブドウゼリー
 ちゃん(19日) 塩ラーメン・餃子・ブドウゼリー
 ちゃん(19日) りんごゼリー・ぶどうジュース・ラーメン

ちゃん(22日) わかめごはん・からあげ・ブドウゼリー
 くん(23日) 醤油ラーメン・餃子・りんご
 くん(28日) ミートソーススパゲティ・チョコケーキ・いちご

今月の平均給与栄養量

		エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
未満児	平均値	446	15.4	11.8	186	1.5
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	538	19.2	16	214	1.8
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

献立表

2020年03月の献立

Table with columns for days of the week (月曜日 to 土曜日) and rows for specific dates (2 to 31). Each cell contains a meal name and its ingredients. Includes special days like 'お弁当持参' and '春分の日'.

☆材料の都合で変更する場合があります。 ☆アレルギー対応児には、献立に応じて代替え食、除去食で対応します。