

3月行事・献立予定

令和5年度 こしき保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材(おやつ、調味料、米は除く)	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	金	ひなまつり会	ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ ポイル野菜 チーズ 菜の花のすまし汁 いちご	卵 人参 蓮根 かんぴょう 椎茸 さやえんどう きゅうり 鶏肉 にんにく しょうが フロccoli 人参 チーズ 菜の花 手毬 いちご	りんごジュース	ひなまつりゼリー
2	土				牛乳 せんべい	りんごジュース ソフトあられ
4	月	安全指導週間	きつねうどん 切干大根の旨煮 ウィンナー オレンジ	うどん 油揚げ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 かまぼこ ねぎ 切干大根 人参 しじめ ちくわ いんげん ウィンナー オレンジ	牛乳 ポーロ	ヨーグルト
5	火	身体測定(未満児)	♥かき揚げ ♥すろっぽ 豆腐の中華スープ パナナ	えび 玉ねぎ 人参 さつま芋 大根 人参 油揚げ ごま 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ パナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 ♥ジャムサンド
6	水	交通安全指導	♥ほうれん草のグラタン キャベツとツナのサラダ ♥ベーコンスープ パイン	鶏肉 マカロニ 玉ねぎ ほうれん草 バター 牛乳 チーズ キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 パセリ パイン	牛乳 ロールパン	牛乳 ♥さつまきな粉
7	木	お別れ会	♥おにぎり ♥ハンバーグ ♥フロccoli-サラダ ♥フライドポテト いちご	わかめ 梅 牛肉 豚肉 玉ねぎ 牛乳 フロccoli-レタス きゅうり 人参 ハム じゃが芋 いちご	牛乳 ビスケット	牛乳 カップケーキ
8	金	身体測定(以上児) 布団持ち帰り	魚フライ ポテトサラダ キャベツの味噌汁 オレンジ	おひょう 豆乳 じゃが芋 きゅうり ハム 人参 キャベツ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 かみかみせんべい
9	土	新年度用品販売			牛乳 サブレ	オレンジジュース クラッカー
11	月	避難訓練	♥焼きそば ごぼうのから揚げ 白ネギのあったかスープ オレンジ	中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし ビーマン 青のり ごぼう ねぎ ベーコン 玉ねぎ 人参 かぶ しめじ しょうが オレンジ	牛乳 ウエハース	牛乳 ♥栗きんとん
12	火	誕生会	おめでとうランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 バター エビ フロccoli- きゅうり レタス 食パン ツナ パイン	のむヨーグルト	♥アイスクリーム
13	水	お別れ遠足(そう) お弁当の日(全園児)	お弁当の日		りんごジュース	♥フルーツゼリー ウエハース
14	木	デンタルフロス指導 (そう)	♥レバーのケチャップ和え きゅうりの中華漬け わかめスープ パナナ	豚レバー にんにく 生姜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり ごま わかめ 玉ねぎ チンゲン菜 パナナ	牛乳 ポーロ	豆乳 ♥野菜かりんとう
15	金	作品袋持ち帰り	♥納豆丼 ♥焼きししゃも ♥フロccoli-サラダ りんご	納豆 豚肉 ねぎ 人参 ししゃも フロccoli- レタス きゅうり 人参 りんご	牛乳 パナナ	牛乳 かみかみビスケット
16	土				牛乳 ソフトあられ	りんごジュース せんべい
18	月	食育週間	♥ミートスパゲティ キャベツのフレンチサラダ 野菜のミルクのスープ グレープフルーツ	スパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ きゅうり フロccoli- 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 牛乳 グレープフルーツ	豆乳 米菓子	牛乳 ♥肉まん
19	水	食育の日	★松風焼 サクサクれんこんサラダ 油揚げの味噌汁 りんご	鶏肉 人参 ねぎ ごま れんこん 人参 きゅうり コーン レタス ひじき ハム しめじ 玉ねぎ 油揚げ ねぎ りんご	ヨーグルト	★じゃが芋のおやき
21	木	おはなしのもり 道具箱の用品持ち帰り	♥鮭の塩焼き ♥大学芋 グリーンサラダ 豆腐のすまし汁 パナナ	鮭 さつま芋 ごま フロccoli- レタス きゅうり 人参 豆腐 玉ねぎ 人参 わかめ パナナ	牛乳 クッキー	牛乳 塩せんべい
22	金		豚大根 ほうれん草の磯香和え じゃが芋の味噌汁 オレンジ	豚肉 大根 人参 ごぼう 生姜 ほうれん草 人参 もやし のり佃煮 じゃが芋 玉ねぎ 人参 オレンジ	フルーツゼリー	牛乳 かみかみ小魚
23	土				牛乳 クラッカー	みかんジュース サブレ
25	月	着替え持ち帰り(そう)	♥肉うどん ウィンナー ♥白菜の胡麻和え パイン	うどん 豚肉 生姜 玉ねぎ 人参 ねぎ なると ウィンナー 白菜 人参 しめじ ごま パイン	牛乳 せんべい	♥おにぎり
26	火	修了式 着替え持ち帰り (在園児)	ポークカレー フロccoli-サラダ パナナ	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 フロccoli- きゅうり 人参 パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 フルーツゼリー
27	水	希望登所	煮魚 マカロニサラダ 小松菜と花麩のすまし汁 りんご	赤魚 生姜 キャベツ マカロニ きゅうり 人参 コーン チーズ 玉ねぎ 小松菜 麩 ねぎ りんご	牛乳 ウエハース	豆乳 クッキー
28	木		麻婆豆腐 小松菜のおかか和え さつま芋の味噌汁 パナナ	豆腐 豚肉 人参 ねぎ 玉ねぎ 生姜 小松菜 ほうれん草 もやし 人参 かつお節 さつま芋 玉ねぎ わかめ パナナ	牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
29	金		豚肉の生姜焼き さわやかキャベツ ベーコンスープ オレンジ	豚肉 玉ねぎ なら 生姜 キャベツ きゅうり パイン ベーコン 人参 じゃが芋 玉ねぎ パセリ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみラスク
30	土				牛乳 サブレ	りんごジュース ソフトあられ

おめでとうランチ・・・チキンライス エビフライ フロccoli-サラダ サンドイッチ パイン

食育の日のサンプル展示は5歳児です。主食(御飯)の量は120gです。

今月の果物はいちご、りんご、パイン、オレンジ、グレープフルーツ。バナナを予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。★印は新メニューです。♥印はリクエストメニューです。