



# 3月献立表

令和5年2月28日 社会福祉法人三心会山田町第一保育所

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ (未満児) アレルギー児 対応食	献立名	アレルギー児 対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児 対応食
1	水	牛乳・ サッポロポテト	牛乳→麦茶	肉豆腐・竹輪磯辺揚げ・トマト・大根味噌汁・ グレープフルーツ(りんご)		牛乳★ピザ (クッキング)	牛乳→麦茶 ピザ→チーズ除去
2	木	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	鰹レモン焼き・海苔巻きチキン・即席漬け・豆腐味噌汁・ オレンジ		牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶
3	金	牛乳・雛あられ	牛乳→麦茶	鶏照り焼き・スイートポテトサラダ・茹でブロッコリー・ すまし汁・りんご		カルピス★桜餅	カルピス →りんごジュース
4	土	麦茶・ばかうけ		タコライス・野菜スープ・オレンジ		麦茶・星食べよ	
5	日						
6	月	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	鮭中華焼き・キャベツコーンソテー・彩り納豆・若布味噌汁・ オレンジ		ヨーグルト・塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー
7	火	フルーツゼリー		カレー・たこさんウインナー・きゅうりとひじきのサラダ・ 野菜スープ・バナナ	バナナ→りんご	牛乳・まがり煎餅	牛乳→麦茶 まがり煎餅→塩煎餅
8	水	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	鶏甘辛煮・スパゲティソテー・白菜お浸し・大根味噌汁・ りんご		牛乳★醤油団子	牛乳→麦茶
9	木	牛乳・ ハッピーターン	牛乳→麦茶	鰹ゴマみそ焼き・ほうれん草ソテー・トマト・なめこ汁・ オレンジ		牛乳・ハイ菓子	牛乳→麦茶
10	金	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	豚さっぱり焼き・カレーこふき芋・人参しりしり・ キャベツ味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	牛乳★五目おにぎり (備蓄米使用)	牛乳→麦茶
11	土	麦茶・ベジたべる		麻婆丼・中華スープ・りんご		麦茶・ばかうけ	
12	日						
13	月	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	棒餃子・涼伴三条・枝豆・若布スープ・バナナ	バナナ→りんご	牛乳 ★カレーポップコーン	牛乳→麦茶
14	火	フルーツゼリー		鰹青のりフライ・ベーコンポテサラ・しめじ和え・白菜味噌汁・ オレンジ		牛乳・サッポロポテト	牛乳→麦茶
15	水	牛乳・ コーン菓子	牛乳→麦茶	生姜焼き丼・ミニメンチカツ・カミカミサラダ・野菜スープ・ りんご (年長組を送る会)		牛乳★チョコバナナ ビスケット	牛乳→麦茶
16	木	牛乳・ サッポロポテト	牛乳→麦茶	鶏照り焼き・和風マカロニソテー・トマト・大根味噌汁・ バナナ	バナナ→りんご	ジョア(マスカット)・ かりんとう	ジョア →ブドウジュース
17	金	牛乳・揚げ煎餅	牛乳→麦茶	ハンバーガー・フライドポテト・ハムコーンサラダ・ 野菜スープ・オレンジ (誕生会)		りんごジュース ★苺パウンドケーキ	
18	土	麦茶・えびせん		中華丼・中華スープ・バナナ	バナナ→りんご	麦茶・塩煎餅	
19	日						
20	月	牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶	肉団子・ひじき炒め煮・そうめんサラダ・豆腐味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶
21	火						
22	水	牛乳・揚げ煎餅	牛乳→麦茶	鮭竜田揚げ・海鮮マカロニソテー・ブロッコリー白和え・ 若布味噌汁・オレンジ		牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳→麦茶
23	木	牛乳・クラッカー	牛乳→麦茶	鶏リンゴソース焼き・すき昆布煮・かぼちゃサラダ・ 大根味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	★うどん	
24	金	牛乳・えびせん	牛乳→麦茶	コロッケ・ほうれん草お浸し・トマト・白菜味噌汁・オレンジ		ヨーグルト・塩煎餅	ヨーグルト→ゼリー
25	土	麦茶・コーン菓子		ドライカレー・野菜スープ・りんご (卒園式)		麦茶・揚げ煎餅	
26	日						
27	月	牛乳・ビスケット	牛乳→麦茶	鰹塩焼き・カレースパゲティ・きゅうりササミ和え・ 大根味噌汁・オレンジ		ジョア(マスカット)・ 塩煎餅	ジョア →ブドウジュース
28	火	牛乳・ばかうけ	牛乳→麦茶	筑前煮・ハムカツ・ひじき和風サラダ・豆腐味噌汁・りんご		★磯ラーメン	
29	水	牛乳・塩煎餅	牛乳→麦茶	鯖ゴマ竜田(鰹ゴマ竜田)・ナスとピーマンの中華炒め・ 竹輪射込み・白菜味噌汁・バナナ	バナナ→りんご	★ブドウゼリー・ クラッカー	
30	木	牛乳・コーン菓子	牛乳→麦茶	豚中華焼き・じゃが芋きんぴら・ほうれん草海苔和え・ なめこ汁・グレープフルーツ(りんご)		牛乳★揚げパン	牛乳→麦茶
31	金	牛乳・ベジたべる	牛乳→麦茶	鰹青のり唐揚げ・切干大根煮・ごぼうチップスサラダ・ 高野豆腐味噌汁・オレンジ		牛乳・星たべよ	牛乳→麦茶

3月平均摂取エネルギー(以上児:553kcal・未満児:484kcal) ※緑記載は年長児のリクエストメニューです。 ※食事での変化がありましたらお知らせ下さい。

※( )内は未満児(0・1・2歳児)提供予定です。 ※都合により献立変更する場合があります。ご了承下さい。

※お箸・おしぼりセットは毎日綺麗にして持たせて下さい。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・竹輪・等の加工食品はアレルギーフリーの物を提供します。 ※食物アレルギーは個別に対応します。