



| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|----|--|----|---|----|--|----|---|----|---|----|------------------------------------|--|
| 午前 | | | | | 1 | 牛乳 | 2 | 牛乳 | 3 | 牛乳 | 4 | |
| 昼食 | | | | | 豆乳カルボナーラ、ミック スベジサラダ、スープ、パ ナナ | | 御飯、鯖の西京焼き、干草 煮、けんちん汁、りんご | | ♡ひなまつりメニュー♡ ちらし寿司、花型豆腐バーグ、菜の 花のごま和え、あさりの潮汁風、3 色ゼリー | | 3色丼、きんぴらごぼう、 味噌汁、バナナ | |
| 午後 | | | | | 牛乳、大学いも風トースト | | 牛乳、ハムチーズカップケーキ | | 牛乳、ひなあられ、3色蒸しパン | | 牛乳、キャラメルコーン | |
| 午前 | 6 | 牛乳 | 7 | 牛乳 | 8 | 牛乳 | 9 | 牛乳 | 10 | 牛乳 | 11 | |
| 昼食 | 御飯（麦入り）、豚肉と根菜の ごま豆乳煮、小松菜とえのきの 和え物、味噌汁、りんご | | ピビンバ丼、里芋の和風ポ テトサラダ、味噌汁、いち ご | | ☆藍菜ちゃん・琉之介くんリクエスト☆ 具だくさんしょうゆラーメン、 かしわ天、じゃがいもの甘辛 煮、バナナ | | 御飯、ホッケのおろし煮、 ほうれん草とちくわの和え 物、味噌汁、りんご | | ロールパン、鶏のバーベキューソ ース焼き、ブロッコリーサラダ、豆乳 コーンシチュー、オレンジ | | 高野豆腐のそぼろ丼、小松 菜のごま和え、味噌汁、パ ナナ | |
| 午後 | 牛乳、黒糖ホットケーキ | | 牛乳、豆乳くずもち | | 牛乳、セサミトースト | | ☆萌名ちゃんリクエスト☆ 牛乳、お好み焼き | | ☆暁太郎くんリクエスト☆ 牛乳、ひじきおにぎり | | 牛乳、野菜せんべい | |
| 午前 | 13 | 牛乳 | 14 | 牛乳 | 15 | 牛乳 | 16 | 牛乳 | 17 | 牛乳 | 18 | |
| 昼食 | 御飯（麦入り）、鶏と厚揚 げの煮物、5色和え、味噌 汁、りんご | | 御飯、春巻き、ごぼうのサ ラダ、中華スープ、いちご | | カレーうどん、コーンサラ ダ、チーズ、バナナ | | 御飯、鯖の味噌煮、プロッ コリーとトマトのマヨ和 え、すまし汁、りんご | | 食パン（いちごジャム）、ひき 肉入り玉子焼き、グリーンサラ ダ、スープ、オレンジ | | トリニータ丼、コロコロポ テトサラダ、味噌汁、バナ ナ | |
| 午後 | 牛乳、チヂミ | | ☆禅くんリクエスト☆ 牛乳、みたらし団子風お焼き | | ☆琉之介くんリクエスト☆ 牛乳、ココアラスク | | 牛乳、黒ごまプリン | | 牛乳、赤飯いなり | | 牛乳、ビスケット | |
| 午前 | 20 | 牛乳 | 21 | | 22 | 牛乳 | 23 | 牛乳 | 24 | 牛乳 | 25 | |
| 昼食 | 御飯（麦入り）、擬製豆 腐、もやしとわかめのごま 酢和え、味噌汁、りんご | | 春分の日 | | ☆禅くんリクエスト☆ 鶏白湯風ラーメン、魚肉ソー セージのフリッター、かぼちゃ サラダ、バナナ | | ☆誕生会メニュー☆ お赤飯、ポークステーキ 和風 おろしソース、千切りサラダ、 味噌汁、フルーツ杏仁 | | ロールパン、ミートグラタ ン、豆腐サラダ、スープ、 オレンジ | | | |
| 午後 | 牛乳、チーズドーナツ | | | | 牛乳、キャラメルラスク | | 牛乳、マーブルパウンドケーキ | | 牛乳、具だくさんすいとん | | | |
| 午前 | 27 | 牛乳 | 28 | 牛乳 | 29 | 牛乳 | 30 | 牛乳 | 31 | 牛乳 | | |
| 昼食 | ☆萌名ちゃん・暁太郎くんリクエスト☆ チキンカレーライス、大根 サラダ、味付け卵、りんご | | 御飯、レバーの甘辛揚げ、 小松菜と炒り卵の和え物、 味噌汁、いちご | | ジャージャー麺、揚げ餃 子、ほうれん草とちくわの おかかマヨ和え、バナナ | | 御飯、かじきのさっぱり甘酢 ソース、大根とささみの和え 物、味噌汁、オレンジ | | 食パン（ブルーベリージャ ム）、煮込みハンバーグ、れん ごんサラダ、ポトフ、オレンジ | | | |
| 午後 | 牛乳、チョココーンフレーク | | 牛乳、塩バター焼きいも | | 牛乳、メロンパン風トースト | | ☆藍菜ちゃんリクエスト☆ 牛乳、カスタードプリン | | 牛乳、ツナと枝豆の混ぜ御飯 | | | |

※献立は材料により変更になる場合があります。

3月は、ひな祭りや卒園式など1年の中でもイベントが多い時期です。今月は年長さんのリクエスト給食・おやつがあります。どんな献立が思い出に残っているのか楽しみます！ 他のお友達も、4月の時には苦手だった食材も、今では自分から進んで食べられるようになり成長を感じています。今年度も残り1ヶ月、子ども達の喜び給食の提供をしていきます。😊

| | エネルギー | タンパク | 脂質 | カルシウム | 鉄 | A | B1 | B2 | C | 繊維 | 食塩 |
|--------|-------|------|------|-------|-----|-----|------|------|-----|-----|-----|
| | kcal | g | g | mg | mg | μg | mg | mg | mg | g | g |
| 3才以上児 | 581 | 23.7 | 20 | 315 | 2.5 | 497 | 0.36 | 0.59 | 29 | 4 | 1.9 |
| 目標量 | 531 | 21.2 | 14.7 | 231 | 2.2 | 178 | 0.29 | 0.33 | 17 | 4.2 | 1.8 |
| 充足率(%) | 109 | 112 | 136 | 136 | 114 | 279 | 124 | 179 | 171 | 95 | 106 |
| 3才未満児 | 490 | 20.1 | 17.3 | 296 | 2 | 412 | 0.3 | 0.52 | 24 | 3.3 | 1.7 |
| 目標量 | 469 | 18.8 | 13 | 219 | 2.3 | 194 | 0.25 | 0.29 | 18 | 3.8 | 1.6 |
| 充足率(%) | 104 | 107 | 133 | 135 | 87 | 212 | 120 | 179 | 133 | 87 | 106 |