

🌸🌸🌸 3月の献立表 🌸🌸🌸

2025年度 若草保育園

| にち | ようび | 午前おやつ | | おひるごはん | | 午後おやつ | | 未満児 | | | | |
|----|-----|------------|----|-----------|----------------|--------------|------------|------------------|--------------|-----|-----|-----|
| | | | | | | | | エネルギー (kcal) | 食塩相当量 (g) | | | |
| 1 | 日 | | | | | | | | | | | |
| 2 | 月 | おこめせん | 牛乳 | カレーピラフ | 南瓜サラダ | コンソメスープ | ちんすこう | 牛乳 | 483 | 1.5 | | |
| 3 | 火 | 鉄塩せん | 牛乳 | 押し寿司 | なばなの胡麻和え | 吸物 いちご | ひなあられ | ライスクッキー | 牛乳 | 382 | 1.5 | |
| 4 | 水 | 赤ちゃんせんべい | 牛乳 | 人参ごはん | 茶碗蒸し | 里芋の甘辛煮 | 胡瓜とわかめの酢の物 | フライドポテト | 牛乳 | 426 | 1.5 | |
| 5 | 木 | むらさきいもせんべい | 牛乳 | α五目御飯 | 焼き豆腐のあんかけ | キャベツのお浸し | 赤だし | コアコアヨーグルト | ライスクッキー | 牛乳 | 408 | 1.4 |
| 6 | 金 | おせんべいサラダ味 | 牛乳 | おにぎり(持参) | 鶏肉のから揚げ | ブロッコリーのおかか和え | みかん | フルーツダイスゼリー | 牛乳 | 529 | 1.4 | |
| 7 | 土 | せんべい | 牛乳 | 弁当持参 | | | | クロワッサン | 牛乳 | 289 | 0.4 | |
| 8 | 日 | | | | | | | | | | | |
| 9 | 月 | おこめせん | 牛乳 | ご飯 | 鶏肉の竜田揚げ | ブロッコリーのサラダ | 味噌汁 | 米粉マカロニのきな粉和え | 牛乳 | 446 | 1.1 | |
| 10 | 火 | 鉄塩せん | 牛乳 | ご飯 | れんこん入りハンバーグ | にんじんサラダ | 味噌汁 | のり塩ボール | 牛乳 | 450 | 1.6 | |
| 11 | 水 | バナナ | 牛乳 | ご飯 | 鮭の米パン粉焼き | 米粉マカロニサラダ | じゃが芋のスープ | チーズポンデ | 牛乳 | 567 | 1.3 | |
| 12 | 木 | 赤ちゃんせんべい | 牛乳 | 焼きそば | ひじきのナムル | 中華スープ | | 米粉の豆腐ブラウニー | 牛乳 | 462 | 2.3 | |
| 13 | 金 | むらさきいもせんべい | 牛乳 | ご飯 | 鶏肉の照り焼き | れんこんサラダ | のっぺい汁 | さつまいもスティック | 牛乳 | 472 | 1.3 | |
| 14 | 土 | せんべい | 牛乳 | 弁当持参 | | | | クロワッサン | 牛乳 | 289 | 0.4 | |
| 15 | 日 | | | | | | | | | | | |
| 16 | 月 | おこめせん | 牛乳 | ご飯 | マーボー豆腐 | 中華サラダ | オレンジ | れんこんチップス | 牛乳 | 471 | 1.3 | |
| 17 | 火 | 赤ちゃんせんべい | 牛乳 | ご飯 | 鶏肉のマーマレード焼き | ポテトサラダ | コーンスープ | お好み焼き | 牛乳 | 519 | 1.5 | |
| 18 | 水 | バナナ | 牛乳 | ゆかりご飯 | ししゃも焼き | ひじきの炒め煮 | なめこの味噌汁 | 揚げきな粉パン | 牛乳 | 529 | 1.6 | |
| 19 | 木 | オレンジ | 牛乳 | ミートスパゲティー | コールスローサラダ | 白菜スープ | | ぼたもち | ライスクッキー | 牛乳 | 490 | 1.9 |
| 20 | 金 | | | 春分の日 | | | | | | | | |
| 21 | 土 | | | 卒園式 | | | | | | | | |
| 22 | 日 | | | | | | | | | | | |
| 23 | 月 | 鉄塩せん | 牛乳 | ご飯 | キーマカレー | フレンチサラダ | いよかん | りんごケーキ | 牛乳 | 507 | 1.4 | |
| 24 | 火 | むらさきいもせんべい | 牛乳 | 肉うどん | シャキシャキポテト(青のり) | バナナ | | ココア蒸しパン | 牛乳 | 483 | 1.7 | |
| 25 | 水 | バナナ | 牛乳 | ご飯 | 鮭の西京焼き | ブロッコリーのおかか和え | 吸物 | パンのかりんとう | 牛乳 | 495 | 1.4 | |
| 26 | 木 | おこめせん | 牛乳 | 炊きおこわ | えびのみじん粉揚げ | 小松菜のお浸し | 吸物 いちご | お祝いいちごゼリー | 牛乳 | 440 | 1.5 | |
| 27 | 金 | オレンジ | 牛乳 | ご飯 | さわらのねぎだれかけ | 土佐酢和え | 赤だし | 米粉のカップケーキ | 牛乳 | 518 | 1.1 | |
| 28 | 土 | せんべい | 牛乳 | 弁当持参 | | | | クロワッサン | 牛乳 | 289 | 0.4 | |
| 29 | 日 | | | | | | | | | | | |
| 30 | 月 | 鉄塩せん | 牛乳 | ご飯 | 厚揚げの野菜あんかけ | 大根サラダ | チンゲンサイのスープ | 卵を使っていないプリン | 牛乳 | 429 | 1.4 | |
| 31 | 火 | 赤ちゃんせんべい | 牛乳 | ご飯 | うま煮 | 白菜のお浸し | 味噌汁 | お米deいちごのスティックケーキ | 牛乳 | 462 | 1.3 | |

都合により献立を変更する場合があります。

*****旬の食べ物・行事食*****

- 3日 ひな祭り献立：押し寿司 なばなの胡麻和え 吸物 いちご
おやつ：ひなあられ
 - 19日 彼岸献立：ぼたもち (20日：春分の日)
 - 23日 いよかん
 - 26日 卒園祝い献立：炊きおこわ えびのみじん粉揚げ
小松菜のお浸し 吸物 いちご
- ※みじん粉はでん粉を蒸して乾燥させた後、粉砕し、煎ったものです
おやつ：お祝いいちごゼリー



*****カミカミメニュー*****

- 13日 れんこんサラダ
- 16日 れんこんチップス

*****多治見市年長さんの人気メニュー*****

- 人気メニュー 主食NO.1 キーマカレー
- 人気メニュー 主食NO.2 うどん
- 人気メニュー 主菜NO.1 鶏肉の照り焼き
- 人気メニュー 主菜NO.2 ひじき入りハンバーグ
- 人気メニュー 副菜NO.1 ポテトサラダ
- 人気メニュー 副菜NO.2 にんじんサラダ
- 人気メニューおやつNO.1 揚げきな粉パン
- 人気メニューおやつNO.2 ココア蒸しパン

