



平成30年 3月 献立予定表

日	曜日	昼食	おやつ	除去食	おやつ	離乳食(後期)	おやつ	補食	主な材料
12	月	肉うどん・カボチ煮 おひたし・くだもの	牛乳 シュガー トースト	肉うどん カボチ煮 おひたし・くだもの	シュガー トースト	肉うどん カボチ煮 おひたし・くだもの	シュガー トースト	ポテト フライ	牛乳 麦類 豚肉・ネギ・にんじん 白菜・いんげん・カボチ・くだもの
13	火	カレーライス・チーズサラダ レタススープ・くだもの	牛乳 おせんべい	カレーライス チーズサラダ レタススープ・くだもの	おせんべい	カレーライス チーズサラダ レタススープ・くだもの	おせんべい	りんご ほん	牛乳 米 鶏肉・じゃがいも にんじん・玉ねぎ・チーズ ブロッコリー・レタス・くだもの
14	水	ごはん・かじきと野菜の 豆腐サラダ・スープ・くだもの	牛乳 ふかしもち	ごはん 豆腐サラダ かじきと野菜のみそ炒め スープ・くだもの	ふかしもち	ごはん 豆腐サラダ かじきと野菜のみそ スープ・くだもの 炒め	ふかしもち	こんぶ おしきり	牛乳 米 かつお・なす・キャバツ 豆腐・パプリカ・トマト・くだもの
15	木	ごはん・ポークソテー ブロッコリーサラダ・コンスープ・ゼリー	牛乳 わかめ おにぎり	ごはん・コンスープ ポークソテー・ゼリー ブロッコリーサラダ	わかめ おにぎり	ごはん・コンスープ ポークソテー・ゼリー ブロッコリーサラダ	わかめ おにぎり	かぼ ほん	牛乳 ごはん・パン 豚肉・トマト ブロッコリー・コーン・アスパラ ゼリー
16	金	マーボー丼・シウマイ トマト・わかめスープ・ヨーグルト	牛乳 おしぼん	マーボー丼・シウマイ トマト・わかめスープ ヨーグルト	おしぼん	豆腐あんかけ丼 シウマイ・トマト わかめスープ・ヨーグルト	おしぼん	ふりかけ おにぎり	牛乳 米 豆腐 豚ひき肉・えのき 玉ねぎ・トマト・わかめ・ヨーグルト
	土		牛乳						牛乳
19	月	ごはん・魚の照り焼き 切り干し大根煮・みそ汁・ゼリー	牛乳 お菓子 盛り合わせ	ごはん・みそ汁 魚の照り焼き 切り干し大根煮・ゼリー	お菓子 盛り合わせ	ごはん・みそ汁 魚の照り焼き 切り干し大根煮・ゼリー	お菓子 盛り合わせ	おやつ	牛乳 米 魚・タクリ干し大根 にんじん・里いも・小松菜・ゼリー
20	火	ごはん・クリームシチュー ウィンナー・トマトサラダ・ヨーグルト	牛乳 カレー どうし	ごはん・ウィンナー クリームシチュー トマトサラダ・ヨーグルト	カレー どうし	ごはん・ソーセージ クリームシチュー トマトサラダ・ヨーグルト	カレー どうし	クリーム パン	牛乳 パン・じゃがいも・にんじん 玉ねぎ・豚肉・トマト・ブロッコリー アスパラ・ヨーグルト
21	水	ごはん・ハンバーグ にんじんサラダ・おニオンスープ・くだもの	牛乳 シヤム パン	ごはん・ハンバーグ にんじんサラダ おニオンスープ・くだもの	シヤム パン	ごはん・ハンバーグ にんじんサラダ おニオンスープ・くだもの	シヤム パン	きなこ おはぎ	牛乳 米 鶏ひき肉 玉ねぎ にんじん キャバツ わかめ コーン くだもの
22	木	焼きうどん・さつまいも甘煮 ナムル・みそ汁・くだもの	牛乳 魚 おにぎり	焼きうどん さつまいも甘煮 ナムル・みそ汁・くだもの	魚 おにぎり	焼きうどん さつまいも甘煮 ナムル・みそ汁・くだもの	魚 おにぎり	あん ぱん	牛乳 麦類 キャバツ・ピーマン にんじん・もやし・きのこ・さつまいも 大根・くだもの
23	金	ごはん・豚肉とキャバツの 春雨サラダ・みそ汁・くだもの	牛乳 ホット ケーキ	ごはん・春雨サラダ 豚肉とキャバツの甘炒め みそ汁・くだもの 炒め	ホット ケーキ	ごはん・春雨サラダ 豚肉とキャバツの甘炒め みそ汁・くだもの 炒め	ホット ケーキ	バナナ	牛乳 米 豚肉 キャバツ きのこ 春雨・にんじん 豆腐 ほうれん草 くだもの
	土		牛乳						牛乳

●献立(食材)は、保育室の行事、その他都合により変更になることがあります。ご了承下さい。※毎日10時に牛乳を飲んでいきます。

月平均カロリー 1歳児 335 Cal 2歳児 419 Cal

28日はお別れ遠足の為、  
系食(又ありません)  
おやつ... お菓子盛り合わせ

<2日ひな祭りメニュー>  
菜の花ごはん・チキンソテー・ポテトサラダ

潮保育室江北園

おやつ... ひなあられ  
カルピス