

3月

# 3歳未満児献立予定表

川前保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日
午前おやつ	牛乳	塩せんべい	ビスケット	ミニゼリー	干し芋	せんべい
昼食	麦ごはん ♥カル鉄ハンバーグ さつまいもサラダ 豆腐のみそ汁 いよかん	3色そぼろ丼 春色和え はまぐりのお吸い物 フルーチェ	きびごはん ♥タンドリーチキン マカロニサラダ ココロスープ キウイ	あわごはん 塩豚丼 切干大根サラダ わかめのみそ汁 バナナ	麦ごはん 鶏肉のオーロラソース 青じそドレッシングサラダ ♥ミルクみそ汁 ♥いちご	ロールパン シーフードシチュー 梅サラダ 野菜ジュース バナナ
午後おやつ	お茶 カレーチーズビスケット	カルピス ひなあられ	ヤクルト 大豆とじゃこの揚げ煮	牛乳 あんバターサンド	♥しょうゆラーメン チーズ	ゼリー 毎日果実
栄養価	エネルギー:493 たんぱく:18.3 脂質:21.1 食塩相当量:1.1	エネルギー:467 たんぱく:17.7 脂質:11 食塩相当量:1.9	エネルギー:479 たんぱく:17.2 脂質:16.3 食塩相当量:0.8	エネルギー:469 たんぱく:16.7 脂質:15.4 食塩相当量:1.2	エネルギー:466 たんぱく:17.9 脂質:17 食塩相当量:1.4	エネルギー:484 たんぱく:17 脂質:9.9 食塩相当量:1.4
日付	9日	10日 誕生会	11日	12日	13日	14日
午前おやつ	りんごジュース	牛乳	せんべい	りんごジュース	牛乳	ミニゼリー
昼食	麦ごはん ♥カレー 大根サラダ もやしのみそ汁 バナナ	♥押し寿司 菜の花の和え物 すまし汁 フルーツ盛り合わせ	炊き込みご飯(α米) れんこんのきんぴら 豚汁 バナナ	あわごはん 魚の梅照り焼き ごま和え さつま芋のみそ汁 清見オレンジ	きびごはん ♥チキンナゲット フルーツサラダ 野菜スープ 清見オレンジ	麦ごはん トマトハヤシライス シルバーサラダ 野菜ジュース オレンジ
午後おやつ	お茶・チーズ ♥焼きそば	麦茶 ♥ケーキ	毎日果実 幼児牛乳	牛乳 ♥チーズピザトースト	豆乳杏仁豆腐 せんべい	牛乳 どら焼き
栄養価	エネルギー:499 たんぱく:17.1 脂質:13.7 食塩相当量:2.2	エネルギー:475 たんぱく:17.1 脂質:13.9 食塩相当量:1.1	エネルギー:469 たんぱく:18.8 脂質:11.7 食塩相当量:1.4	エネルギー:466 たんぱく:18.2 脂質:15.3 食塩相当量:1	エネルギー:502 たんぱく:15.9 脂質:14.1 食塩相当量:1.2	エネルギー:502 たんぱく:15.9 脂質:14.1 食塩相当量:1.2
日付	16日	17日	18日 修了お祝い会・ばら組送る会	19日	20日	21日
午前おやつ	干し芋	牛乳	せんべい	ビスケット		塩せんべい
昼食	麦ごはん チンジャオロース 白菜のレモン醤油 かぶのスープ オレンジ	麦ごはん ♥ぎょうざ ♥3色ナムル わかめスープ でこぼん	♥ハンバーガー(ハンバーグ、フィッシュ) ♥おにぎり ♥フライドポテト ♥から揚げ パリパリサラダ ♥ローアイス 飲み物 フルーツ盛り合わせ	二穀ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ひじきの炒め煮 キャベツのみそ汁 バナナ		
午後おやつ	牛乳 桜えびラスク	ヨーグルト せんべい	お茶 ♥クレープ	♥即席チーズ肉まん お茶		ジュース ブッセ
栄養価	エネルギー:455 たんぱく:15.8 脂質:11.8 食塩相当量:1.2	エネルギー:492 たんぱく:16.9 脂質:12.3 食塩相当量:1.3	エネルギー:474 たんぱく:18.8 脂質:14.5 食塩相当量:1.5	エネルギー:485 たんぱく:17 脂質:6.2 食塩相当量:0.9	エネルギー:485 たんぱく:17 脂質:6.2 食塩相当量:0.9	エネルギー:485 たんぱく:17 脂質:6.2 食塩相当量:0.9
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日
午前おやつ	ウエハース	ヨーグルト	牛乳	ゼリー		せんべい
昼食	きびごはん ♥高野豆腐のエビチリ風 ♥チョレギサラダ 海藻スープ バナナ	麦ごはん 青椒肉絲 白菜のレモン醤油 かぶのスープ グレープフルーツ	あわごはん ♥麻婆豆腐 春雨サラダ 中華風コーンスープ バナナ	二穀ごはん 菜花と高野豆腐のグラタン 和風サラダ あさりのスープ オレンジ	古代米ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き ♥さつまいもサラダ 豆乳汁 いちご	麦ごはん 栄養チーズ納豆 筑前煮 お茶 バナナ
午後おやつ	牛乳 シュークリーム	牛乳 ♥いちごジャムサンド	♥冷やしうどん	牛乳 せんべい	お茶 ♥スノーボールクッキー	牛乳 ミニパン
栄養価	エネルギー:461 たんぱく:17.1 脂質:16.3 食塩相当量:1	エネルギー:467 たんぱく:16.6 脂質:12.3 食塩相当量:0.8	エネルギー:464 たんぱく:17 脂質:14.3 食塩相当量:1.3	エネルギー:466 たんぱく:16.6 脂質:12.9 食塩相当量:1.3	エネルギー:497 たんぱく:15.4 脂質:18.6 食塩相当量:1.1	エネルギー:472 たんぱく:17.1 脂質:11.8 食塩相当量:0.9
日付	30日	31日				
午前おやつ	毎日果実	せんべい				
昼食	麦ごはん タコライス 切干大根サラダ ふのりのスープ いちご	あわごはん すき焼き風丼 人参ドレッシングサラダ きのこのみそ汁 バナナ				
午後おやつ	牛乳 かぼちゃケーキ	牛乳 ドーナツ				
栄養価	エネルギー:496 たんぱく:16.7 脂質:19.1 食塩相当量:1.3	エネルギー:484 たんぱく:17.1 脂質:16.2 食塩相当量:1.1				

※材料の都合等により変更になる場合があります。ご了承下さい。

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
平均	476kcal	17g	14.2g	1.3g
基準値	465kcal	17g	14g	1.4g