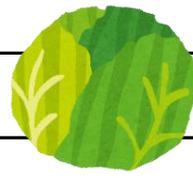
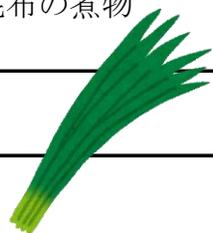
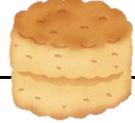
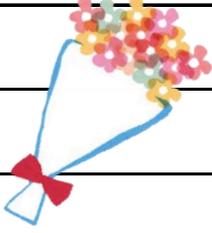


# 3月予定献立表 (3歳未満児)

令和6年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ
3 (月)	ヤクルト 	ひなまつりおにぎり、はんぺんフライ 豆腐のすまし汁、ゆでブロッコリー、麦茶	三色パフェ カルピス
4 (火)	ねりきなこ 麦茶	御飯、 <b>豚肉のニラ玉炒め</b> 、切干大根の煮物 キウイフルーツ、麦茶	野菜チップ 麦芽ミルク
5 (水)	スティックきゅうり 麦茶	御飯、ピーマンの肉詰め、五目ビーフン 小松菜のしらすあえ、麦茶	フルーツポンチ 牛乳
6 (木)	牛乳	ピラフ、魚のムニエル、 <b>新玉ねぎのチーズガレット</b> コールスローサラダ、麦茶	きつねうどん りんごジュース
7 (金)	りんごジュース	<b>【お別れ会】</b> 御飯、中華風かけ納豆、さつま芋の甘煮 ひじきサラダ、麦茶	お別れ会おやつ ジョア 
8 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
10 (月)	ヤクルト 	ウインナーハヤシライス、福神漬け、ツナサラダ オレンジ、麦茶	<b>【誕生日会】</b> 誕生ケーキ 麦芽ミルク
11 (火)	ヨーグルト 麦茶	御飯、 <b>春キャベツのメンチカツ</b> 、がんもの含め煮 もやしのごま酢和え、麦茶	マカロニきな粉 りんごジュース
12 (水)	人参の甘煮 麦茶	しょうゆラーメン、中華サラダ バナナ、麦茶	五平もち 牛乳
13 (木)	牛乳	御飯、鮭のホイル焼き、じゃがいものそぼろ炒め 油揚げともやしのみそ汁、麦茶	<b>新玉ねぎのチーズパン</b> 麦茶
14 (金)	チーズ 麦茶	御飯、鶏肉の照り焼き、ほうれん草とコーンのソテー タルタルサラダ、麦茶	ちんすこう ジョア 
15 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
17 (月)	ヤクルト	御飯、かき揚げ、卵とねぎのすまし汁 はるさめサラダ、麦茶	焼きそば 牛乳
18 (火)	ふかし芋 麦茶	御飯、豚肉のしょうが焼き、高野豆腐と昆布の煮物 トマトサラダ、麦茶	<b>いちごのカルピスゼリー</b> 麦茶
19 (水)	りんごジュース	三色丼、かぼちゃのごま和え 切干大根のサラダ、麦茶	<b>ニラチヂミ</b> 麦芽ミルク
21 (金)	牛乳	御飯、煮魚、豚汁 ほうれん草の納豆和え、麦茶	パウンドケーキ ジョア 
22 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ 
24 (月)	ヤクルト	ナポリタン、野菜スープ、 <b>オニオンフライ</b> ゆで卵、麦茶	しらすおにぎり りんごジュース 
25 (火)	チーズ 麦茶	ポークカレーライス、福神漬け、ザワークラウト バナナ、麦茶	<b>【世界の料理】</b> スコーン 麦芽ミルク
26 (水)	オレンジ 麦茶 	御飯、マーボ豆腐、さつま揚げの含め煮 三色ナムル、麦茶	ミルクもち 牛乳
27 (木)	ヨーグルト 麦茶 	御飯、鶏のから揚げ、青のりポテト、コーンサラダ いちご、麦茶	ココアメロンパン 麦茶
28 (金)	りんごジュース	<b>【卒園式】</b> 御飯、魚の照り焼き、にんじんしりしり ブロッコリーサラダ、麦茶	大学芋 ジョア 
29 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
31 (月)	ヤクルト	わかめ御飯、オムレツ、ひじきの煮物 ポテトサラダ、麦茶	12時降園 

## 今月の旬の食材

春キャベツ・ニラ  
新玉ねぎ・いちご

目標 エネルギー 460kcal 蛋白質 19.0g 脂質 12.7g 塩分 1.5g  
 平均値 エネルギー 454kcal 蛋白質 18.1g 脂質 12.9g 塩分 1.3g



**【世界の料理】**  
 今月は「イギリス」です

