

令和6年度 3月 献立表 氷川保育園

日	曜	献立名		血や肉になるもの	熱や力となるもの	体の調子を整えるもの	調味料
		午前おやつ (乳児)	昼 食				
1	土	牛乳 小魚	野菜うどん ワインナー プロッコリー バナナ 麦茶	ピスコ 牛乳	牛乳 小魚 豚モモ肉 ワインナー	うどん ピスコ	玉ねぎ キャベツ 人参 プロッコリー バナナ
3	月	牛乳 小魚	五目いなりすし(乳児 五目すし) 中華風照り焼き かに蒲鉾のサラダ すまし汁 プチダンン 麦茶	にゅう麺 麦茶	牛乳 小魚 ちくわ 鶏卵 ハム 油揚げ 鶏モモ肉 かに蒲鉾 はんぺん プチダンン	精白米 ごま ごま油 春雨 サラダ油 そうめん	蓮根 人参 しいたけ さやえんどう 玉ねぎ 生姜 きゅうり ほうれん草 小ねぎ
4 ・ 18	火	牛乳 小魚	醤油ラーメン シユウマイ バナナ 麦茶	(4日) ホットドック (18日) ぼたもち (4日) 牛乳 (18日) 麦茶	牛乳 小魚 豚ひき肉 豚ロース肉 小豆 スキムミルク きな粉 ワインナー	中華めん ごま油 サラダ油 片栗粉 シュウマイの皮 ロールパン 精白米	長ねぎ キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ 白菜 小ねぎ バナナ
5 ・ 19	水	牛乳 小魚	ごはん 焼き魚(ほっけ) ひじき煮 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	マシュマロボール (0歳児 クッキー) 牛乳	牛乳 小魚 ほっけ ひじき 竹輪 油揚げ	精白米 ごま油 バター さつまいも マシュマロ コーンフレーク	人参 いんげん キウイフルーツ
6	木	牛乳 小魚	ミニロールパン スパニッシュオムレツ チキンサラダ 牛乳 スープ りんご (0・1歳児クラス バナナ)	肉まん 麦茶	牛乳 小魚 鶏卵 ベーコン チーズ 鶏ささみ わかめ	ミニロールパン サラダ油 じゃがいも ごま油 コーン 肉まん	ほうれん草 人参 玉ねぎ きゅうり もやし りんご キャベツ
☆ 7	金	牛乳 小魚	おにぎり ミートボール エビフライ プロッコリーのおかか和え 味噌汁 みかん 麦茶	誕生会ケーキ 麦茶	牛乳 小魚 わかめ 鮭 豚ひき肉 鶏卵 スキムミルク 海老 かつお節	精白米 パン粉 サラダ油 バター 小麦粉 ピスケット ホイップクリーム コーン チョコスフレー (幼児)	玉ねぎ プロッコリー 人参 小松菜 えのき みかん キウイフルーツ オレンジ いちご
8 ・ 22	土	牛乳 小魚	中華丼 大根サラダ 味噌汁 バナナ 麦茶	ハムサンド 牛乳	牛乳 小魚 竹輪 豚ロース肉 わかめ ハム	精白米 ごま油 サラダ油 片栗粉 ごま 食パン	人参 白菜 玉ねぎ しいたけ 生姜 大根 きゅうり もやし バナナ
10 ・ 24	月	牛乳 小魚	カレーライス わかめサラダ スープ オレンジ 麦茶	しらすピザ (0歳児ピザトースト) 牛乳	牛乳 小魚 豚モモ肉 わかめ 鶏卵 しらす チーズ	精白米 ジャガイも 春雨 ごま油 コーン ごま ピザクラフト	玉ねぎ 人参 きゅうり 小ねぎ オレンジ
◎ 11 ・ 25	火	牛乳 小魚	ごはん 唐揚げ 納豆サラダ 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	焼きそば 麦茶	牛乳 小魚 鶏モモ肉 納豆 豚モモ肉 青海苔	精白米 サラダ油 片栗粉 中華めん	生姜 ニラ もやし 人参 キャベツ チンゲン菜 なめこ キウイフルーツ 玉ねぎ
12	水	牛乳 小魚	ごはん 鮭の照り焼き 五目なます 味噌汁 はっさく 麦茶	バナナ蒸しパン 牛乳	牛乳 小魚 鮭 鶏卵 油揚げ	精白米 春雨 練乳 ホットケーキミックス サラダ油	じいたけ 人参 きゅうり 玉ねぎ かぼちゃ はっさく バナナ
13	木	牛乳 小魚	和風スパゲティ(0歳児クラスうどん) ボトフ (0歳児クラスシャーマンボト) バナナ 麦茶	おにぎり 麦茶	牛乳 小魚 ベーコン ワインナー わかめ かつお節 鮭 昆布 海苔(2歳以上)	スパゲティ バター じゃがいも 精白米 コーン	ほうれん草 玉ねぎ しめじ 人参 大根 バナナ
14 ・ 28	金	牛乳 小魚	バターロールパン お好み焼ハンバーグ 菜の花のおひたし 牛乳 スープ りんご (0・1歳児クラス オレンジ)	サモサ 麦茶	牛乳 小魚 鶏卵 青海苔 竹輪 わかめ 豆腐 ハム 合いびき肉	バターロールパン パン粉 餃子の皮 サラダ油 じゃがいも	キャベツ ほうれん草 菜の花 人参 りんご オレンジ 玉ねぎ
15 ・ 29	土	牛乳 小魚	ピビンバ丼 マカロニサラダ 味噌汁 キウイフルーツ 麦茶	カステラ 牛乳	牛乳 小魚 豚ひき肉 ハム	精白米 サラダ油 ごま ごま油 マカロニ コーン カステラ	生姜 人参 ほうれん草 もやし きゅうり ニラ キャベツ キウイフルーツ
17	月	牛乳 小魚	ミニロールパン 鶏肉のトマトソース煮 キャベツのおひたし コーンスープ デコポン 麦茶	にゅう麺 麦茶	牛乳 小魚 鶏モモ肉 油揚げ かつお節	ミニロールパン コーンスープ そうめん	玉ねぎ 人参 トマト 枝豆 キャベツ しめじ じいたけ ほうれん草 デコポン
◇ 21	金	牛乳 小魚	赤飯 天ぷら (海老、鶏、さつまいも) プロッコリーのおかかマヨ和え 味噌汁 いちご みかん 麦茶	お菓子の盛り合わせ 牛乳	牛乳 小魚 ささげ 海老 鶏むね肉 かつお節	精白米 ごま てんぷら粉 コーン さつまいも サラダ油 サフレ ポーロ コーンスナック せんべい チョコレート(幼児)	生姜 ブロッコリー 人参 小ねぎ いちご みかん
26	水	牛乳 小魚	野菜うどん ワインナーのベーコン巻き プロッコリー バナナ 麦茶	おにぎり 麦茶	牛乳 豚モモ肉 ワインナー ベーコン わかめ 鮭 塩昆布	うどん 精白米	玉ねぎ 人参 キャベツ プロッコリー バナナ
27	木	牛乳 小魚	ごはん 鮭の照り焼き 五目なます 味噌汁 はっさく 麦茶	バナナ蒸しパン 牛乳	牛乳 小魚 鮭 鶏卵 油揚げ	精白米 春雨 練乳 ホットケーキミックス サラダ油	しいたけ 人参 きゅうり 玉ねぎ かぼちゃ はっさく バナナ
31	月	牛乳 小魚	ミニロールパン スパニッシュオムレツ チキンサラダ 牛乳 スープ りんご (0・1歳児クラス バナナ)	肉まん 麦茶	牛乳 小魚 鶏卵 ベーコン チーズ 鶏ささみ わかめ	ミニロールパン サラダ油 じゃがいも ごま油 コーン 肉まん	ほうれん草 人参 玉ねぎ きゅうり もやし りんご キャベツ

※材料の入荷状況により内容を変更することがあります。あらかじめ、ご了承ください。

☆7日は誕生会メニューです。

◎11日、あお組は、レストランメニューです。 ◇21日は、祝い膳です。

○22日は、卒園式です。

今年度も1年間ありがとうございました。



<今月の平均栄養素量>

	エネルギー	たんぱく質	脂質
1~2歳児	483kcal	19.5g	15.1g
3~5歳児	577kcal	22.7g	17.0g