








# 3がつのこんだて



令和3年度 島こども園

	月	火	水	木	金	土
3歳未満児	<b>昼食</b> <3歳未満児> エネルギー 546 k cal タンパク質 22.0g 脂質 16.5g 塩分 1.9g	1日 ごはん サケのゴマみそ焼き ひじき煮 きゅうりのツナ和え 卵スープ バナナ 枝豆	2日 ごはん さぼりシューマイ 春雨ソテー ブロッコリーのコーン和え キャベツのみそ汁 みかん おにぎり	3日 ひな祭り誕生会 ちらし寿司 チキンソテー グラタン ミニトマト フライドポテト すまし汁 きゅうり漬物 ホイップゼリー	4日 お弁当の日 おかず入り お弁当を お願いします 	5日 チキンナゲット きゅうりナムル わかめスープ みかん
	<b>おやつ</b>	たぬきおにぎり お茶	おせんべい スキムミルク	いちごロールケーキ ひなあられ お茶	手作りパン 牛乳	おせんべい いちご牛乳
3歳未満児	<b>昼食</b> 7日 ごはん ビーフシチュー ウィナー かぼちゃの煮つけ ブロッコリー バナナ チーズ	8日 ごはん サバのみそ煮 ごぼうのから揚げ 青菜の炒り卵和え 大根のスープ りんご おにぎり	9日 ごはん スクランブルエッグ すき昆布煮 きゅうりのゆかり和え すまし汁 ミニトマト ぶりかけ みかん ウィナー	10日 <b>お別れ会</b> さくら組 リクエストメニュー 	11日 ごはん ホッケ焼き 切干大根煮 青菜の納豆和え 白菜のみそ汁 りんご さつまいも煮	12日 豚肉の生姜焼き ブロッコリーサラダ 玉ねぎのみそ汁 バナナ
	<b>おやつ</b>	スイートポテト スキムミルク	焼うどん お茶	コーンマヨトースト スキムミルク	お菓子詰め合わせ カルピス	小豆だんご スキムミルク
3歳未満児	<b>昼食</b> 14日 ごはん シチュー チキンナゲット ブロッコリーおなか和え ひじきサラダ りんご チーズかまぼこ	15日 ごはん サバの竜田揚げ 肉じゃが きゅうりのわかめ和え きこのみそ汁 みかん 枝豆	16日 三色そばろ井 きゅうり漬物 春雨の和え物 すまし汁 バナナ かぼちゃ煮	17日 ごはん 鶏肉のチーズ焼き 小魚大豆 キャベツ和え物 大根のみそ汁 みかん ミニトマト	18日 <b>修園式</b> ごはん タラフライ ナポリタン ブロッコリーゴマ和え わかめのみそ汁 バナナ おにぎり	19日 ウィナー マカロニサラダ なめこ汁 みかん
	<b>おやつ</b>	きりせんしょ スキムミルク	ホイップサンド スキムココア	おせんべい カルピス	焼きおにぎり お茶	キャロットケーキ スキムミルク
3歳未満児	<b>昼食</b> 21日 	22日 ひき肉カレーライス セルフゆで卵3~5歳 スクランブルエッグ1~2歳 春雨サラダ ブロッコリー りんご さつまいも煮	23日 ごはん ちくわのカレー揚げ ポテトチーズ焼き 切干の和え物 キャベツのスープ バナナ ごぼう煮	24日 ごはん 卵焼き ひじき煮 青菜のなめ茸和え 豚汁 ゴマ塩 りんご おにぎり	25日 ごはん 焼きサケ 筑前煮 きゅうりの中華和え けんちん汁 みかん ミニトマト	26日 鶏の照り焼き ブロッコリーサラダ 生揚げみそ汁 バナナ
	<b>おやつ</b>	フルーツヨーグルト お茶	おせんべい スキムココア	お好み焼き お茶	バナナマフィン スキムミルク	おせんべい 牛乳
3歳未満児	28日 <b>家庭保育協力期間</b> <b>おにぎり (家庭から)</b> <b>はんぺんフライ</b> <b>ブロッコリーの和え物</b> <b>中華スープ</b> <b>りんご</b>	29日 <b>おにぎり (家庭から)</b> <b>豚肉の香味揚げ</b> <b>切干ナムル</b> <b>もやしのみそ汁</b> <b>みかん</b>	30日 <b>おにぎり (家庭から)</b> <b>チキン南蛮</b> <b>ブロッコリーサラダ</b> <b>わんたんスープ</b> <b>バナナ</b>	31日 <b>おにぎり (家庭から)</b> <b>サケフライ</b> <b>きゅうりの利休和え</b> <b>白菜のスープ</b> <b>りんご</b>	<3歳以上児> エネルギー 640kcal タンパク質 25.0g 脂質 17.6g 塩分 2.0g	 
	<b>おやつ</b>	ジャムサンド 牛乳	五目ごはん お茶	おせんべい 牛乳	フレンチトースト 牛乳	

◆スプーンをお持ちください。(7・14・16・22日)

◆3歳未満児 午前におせんべいと牛乳のおやつがです。

◆週3回(月・水・金曜日)給食に牛乳がつきます。(3歳以上児)

◆土曜日の持ち物 おにぎり・箸・コップ(3歳未満児は箸かスプーンをお持ちください。)

◆18日(金)修園のお土産があります。さくら組のお土産は卒園式20日(日)の持ち帰りになります。

◆3月28日~4月1日 家庭保育協力期間です。簡易給食となりますので登園の際は**おにぎり**をお持ちください。

◆献立は材料等の都合により変更することがあります。ご了承ください。

