

3がつのこんだて

令和2年度 島保育園

	月	火	水	木	金	土
昼食	1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 青菜のゴマ和え 福神漬け バナナ	2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 りんご	3日 ひな祭り誕生会 ちらし寿司 チキンソテー ミニトマト グラタン フライドポテト すまし汁 きゅうり漬物	4日 お弁当の日 おかず入り お弁当を お願いします 	5日 ごはん プリの照り焼き 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 りんご	6日 ウイナー きゅうりナムル わかめスープ みかん
	3歳未満児 かぼちゃ煮	おにぎり	ホイップゼリー		チーズかまぼこ	
おやつ	カミカミだんご スキムミルク	和風スパゲッティー お茶	いちごロールケーキ ひなあられ お茶	肉まん 牛乳	おからドーナツ スキムミルク	おせんべい 牛乳
昼食	8日 ハヤシライス チキンナゲット かぼちゃの煮つけ ブロッコリー バナナ	9日 ごはん サバの竜田揚げ ビーフソテー 青菜の炒り卵和え 白菜のみそ汁 りんご	10日 親子丼 すき昆布煮 きゅうりのゆかり和え すまし汁 ミニトマト みかん	11日 お別れ会 さくら組 リクエストメニュー 	12日 ごはん ホッケ焼き 切干大根煮 青菜のそぼろ和え 八宝菜スープ りんご	13日 豚肉の生姜焼き ブロッコリーサラダ もやしのスープ みかん
	3歳未満児 チーズ	おにぎり	ごぼう煮		味つけごはん	
おやつ	スイートポテト スキムミルク	小豆だんご スキムミルク	コーンマヨトースト スキムミルク	お菓子詰め合わせ お茶	ホイップサンド スキムミルク	プリン おせんべい お茶
昼食	15日 ごはん シチュー たこウイナー ブロッコリーおかか和え ひじきサラダ りんご	16日 ごはん タラのからあげ 肉じゃが きゅうりのツナ和え きのこのみそ汁 りんご	17日 かつ丼 きゅうり漬物 春雨の和え物 すまし汁 バナナ	18日 ごはん 鶏肉のチーズ焼き 小魚大豆 キャベツのわかめ和え 大根のスープ みかん ミニトマト	19日 ごはん サバのみそ煮 かぼちゃ素揚げ 青菜の納豆和え けんちん汁 りんご	20日 春分の日 
	3歳未満児 チーズ	枝豆	さつまいも煮	ミニトマト	おにぎり	
おやつ	きりせんしょ スキムミルク	焼うどん お茶	おせんべい カルピス	焼きおにぎり お茶	シリアルバー スキムミルク	
昼食	22日 ベーコンピラフ スイートポテトフライ 青菜のナムル 肉団子スープ りんご	23日 焼きサケ 筑前煮 きゅうりの中華和え キャベツのみそ汁 みかん	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	25日 修園式 ごはん ちくわのカレー揚げ ポテトチーズ焼き ブロッコリー 大根のみそ汁 バナナ	26日 ごはん タラフライ ナポリタン ブロッコリーゴマ和え ポパイスープ みかん	27日 卒園式 
	3歳未満児 ブロッコリー	かぼちゃ煮	おにぎり	チーズかまぼこ	ミニトマト	
おやつ	おせんべい 牛乳	ハムサンド スキムミルク	フルーツヨーグルト お茶	お好み焼き スキムミルク	ココアバナナマフィン スキムミルク	
昼食	29日 おにぎり (家庭から)	30日 おにぎり (家庭から)	31日 おにぎり (家庭から)	<今月の栄養> エネルギー		
	チキン南蛮 青菜の和え物 わんたんスープ りんご	チキンガーリック焼き ブロッコリーサラダ もやしのみそ汁 みかん	豚肉の香味揚げ きゅうりの利休和え なめこ汁 バナナ	タンパク質	22.3g	24.5g
おやつ	ジャムサンド 牛乳	たぬきおにぎり お茶	おせんべい 牛乳	脂質	16.8g	18.9g
				塩分	1.8g	2.0g

- ◆ 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)
- ◆ 献立は材料等の都合により変更することがあります。ご了承願います。
- ◆ 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ご持参ください。)
- ◆ 25日 (木) 修園のお土産があります。さくら組のお土産は27日 (土) の持ち帰りになります。
- ◆ スプーンが必要なお子さんはご持参ください。(1・8・10・15日)
- ◆ 3月29日～4月2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**をご持参下さい。