



3月献立予定表



2022.3 聖隷こども園こうのとり豊田

日 付	曜 日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギー kcal たんぱく質g	脂質 g 塩分 g	エネルギー kcal たんぱく質g	脂質 g 塩分 g
1	火		とうにゅう 豆乳パン コンソメスープ(じゃが芋・コーン) タンダリーチキン ほうれん草ソテー パナナ 牛乳	お茶 チーズ	お茶 いなりずし	543 22.1	13.9 1.6	429 18.5	13.7 1.6
2	水		ごはん 豚肉の生姜焼き みそ汁(しめじ・玉葱) ひじき煮 パイ お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 あべかわさつま芋	607 23.9	16.9 1.9	494 18.7	14.6 1.5
3	木	ひなまつり	ひな祭りケーキごはん すまし汁(豆腐・えのき) さかなて 魚の照り焼き いちご お茶 ブロッコリー	カルピス ひなあられ お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 ひなざりー・せんべい	596 28.2	20.0 2.4	552 22.9	19.1 2.0
4	金	おおきくなったね散歩	きゅうしやく 給食はありません。お弁当を持参して下さい。	ぎゅうにゅう 牛乳 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 もちもちドーナツ	522 21.9	14.0 2.8	502 20.3	15.3 2.3
5	土		ちゅうか 中華あんかけごはん ヨーグルト もやしのスープ フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	556 14.2	16.1 1.3	470 11.8	14.6 1.1
7	月		ごはん みそ汁(玉葱・若布) さかな 魚のあけぼの焼き パナナ お茶 なつとうあ 納豆和え	お茶 チーズ	の 飲むラクトフェリン お菓子	615 23.0	18.5 1.2	498 19.9	16.6 1.2
8	火		ロールパン はくさい 白菜のスープ ミートローフ キウイ ごぼうサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ・こさかな 小魚	541 26.2	22.7 1.6	450 21.0	21.1 1.4
9	水		わかめごはん みそ汁(豆腐・大根) にんじん 人参キッシュ オレンジ お茶 ブロッコリー	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 あんぱん	692 26.3	22.9 2.2	532 20.3	18.2 1.7
10	木	そつえんそく 卒園遠足	かきあげうどん りんご なほちや 南瓜グリル ぎゅうにゅう 牛乳 もやしのゆかり和え	お茶 ヨーグルト	お茶 おにぎり	516 18.0	6.7 0.6	424 16.5	7.5 0.6
11	金	わか かい お別れ会	たの お楽しみにして下さい！	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 プリン・ウエハース	791 23.8	37.4 2.2	634 20.4	28.3 1.8
12	土		おにぎり フルーツ チーズ お茶 けんちん汁	お茶 お菓子	お茶 お菓子	370 13.9	8.0 2.7	314 12.0	8.7 2.3
14	月		ピピンごはん 中華スープ(チンゲンサイ・えのき) はるさめ 春雨サラダ バナナ お茶 トマト	お茶 ビスケット	の 飲むラクトフェリン お菓子	583 16.7	19.7 1.3	516 15.0	19.4 1.1
15	火		ツナロールサンド キャベツのスープ だいこん 大根とハムのドレッシング和え いちご お茶 あ 粉ふき芋	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ソーセージパイ	583 21.7	33.7 2.5	440 18.0	27.2 2.0
16	水		ごはん みそ汁(じゃが芋・油揚げ) さかな いそでん 魚の磯天ぷら パイ お茶 きんぴら 金平ごぼう	とうにゅう 豆乳 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 ジャムパン	632 25.6	14.1 1.8	537 22.3	13.9 1.4
17	木		スパゲティナポリタン りんご ブロッコリー お茶 チーズ	お茶 ヨーグルト	お茶 雑炊	478 18.0	13.6 2.7	403 15.7	11.6 2.1
18	金	きりん組 リクエスト献立	たの お楽しみにして下さい！	お茶 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 ワッフル	627 24.8	19.8 2.5	513 20.0	17.3 2.1
19	土		パン ゼリー とうにゅう 豆乳クリームシチュー フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	463 15.5	14.4 1.7	398 12.5	12.5 1.3
21	月	しゅんぶん ひ 春分の日							
22	火		しょく 食パン 厚揚げのココロスープ さかな 魚のチーズ焼き バナナ お茶 カラフル野菜ドレッシングサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	とうにゅう 豆乳 ビスケット	お茶 きなこおはぎ	604 27.2	19.0 2.0	544 23.8	20.0 1.5
23	水	そつえんしき 卒園式	あんかけうどん キウイ にんじん 人参しりしり お茶 トマト	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 クリームパン	513 22.2	11.5 1.8	405 19.2	10.2 1.5
24	木		ごはん みそ汁(玉葱・えのき) コロケ ぼんかん お茶 ブロッコリーのおかか和え お茶	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 かほちや 南瓜かりんとう	607 18.4	19.5 1.9	502 15.0	16.0 1.6
25	金	ほいく、しゅうりょう 保育終了	ごはん みそ汁(しめじ・大根) や 焼き魚 りんご お茶 さつま芋の甘煮 お茶 そくせき づ 即席漬け	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ひじきクッキー	579 21.9	13.3 1.8	459 18.6	12.5 1.6
26	土	とくべつほいく 特別保育 ねんどまつけんしゅう 年度末研修	焼きそば フルーツ れんこんサラダ お茶 ちゅうか 中華スープ	お茶 お菓子	ぎゅうにゅう 牛乳 お菓子	375 12.4	11.9 2.4	349 10.9	11.8 2.0
28	月	ねんどまつけんしゅう 年度末研修	ごはん給食	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 いちご・ビスケット	570 22.0	18.9 2.0	469 17.6	15.2 1.6
29	火		ぶどうパン ミネストローネスープ とりこ 鶏肉のマーマレード焼き フルーツ お茶 ブロッコリー ぎゅうにゅう 牛乳	お茶 せんべい	お茶 パウムクーヘン	421 19.4	14.6 1.8	356 15.6	13.7 1.4
30	水		ドライカレー フルーツ む やさい 蒸し野菜のオーロラソース お茶	お茶 チーズ	お茶 ヨーグルト・せんべい	575 16.5	18.7 1.7	471 14.9	17.1 1.5
31	木		にくうどん フルーツ ちくわ 竹輪とピーマンのカレー風味炒め お茶 トマト	お茶 ヨーグルト	お茶 茹でじゃが	380 17.2	5.7 1.9	341 16.2	6.3 1.7

はかみかみメニューの印です。

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

ひ 日ごとに寒さが和らぎ、春がすぐそこまで来ていることを感じます。子ども達もこの一年間で心も体も大きく成長しましたね。

こんげつ えほん きゅうしやく 今月の絵本給食は、こども園・保育園給食部会が聖隷の栄養部門料理対決に応募し、最優秀賞を受賞した「ぐりとぐらの人参キッシュ」を提供します。料理すること、たべることが大好きな「ぐり」と「ぐら」が登場する絵本は子どもたちが大好きな絵本シリーズです。

ぜひ 楽しんでいてくださいね！

《今月の絵本給食》



ぐりとぐらのくるりくら
(福音館書店)