



3月献立表

◎は、かみかみメニューです。

聖隷のお保育園 2023年3月乳児食

園庭の木々の枝にも春の訪れを感じながら、今年度も最後の月となりました。保育園で食べる給食や食育を通して、子どもたちは食に関する多くの経験を積み重ねてきました。この1年で心も身体も目覚ましく成長したように感じる今日このごろです。1年間、園の給食にご理解、ご支援をいただきありがとうございました。

	1 水	2 木	3 金	4 土
朝 おやつ	お茶 紫いもチップ	お茶 クラッカー	お茶 あられ・せんべい	
昼食	ご飯 鯖の香味焼き 大根とがんと煮物 みそ汁(小松菜・麩) りんご お茶	しょうゆラーメン 大学芋 人参しりしり メロン お茶	お雛さま そぼろごはん 白身魚の西京焼き ブロッコリーの胡麻和え すまし汁(麩・玉葱) いちご お茶	たのしいつどい
おやつ	豆乳 ヨーグルト・英字ビスケット	牛乳 ☆クリームパン/きなこパン	牛乳 ひなバーム	
エネルギー(kcal)	409	480	529	
蛋白質(g)	17.0	17.4	19.3	
脂質(g)	10.6	18.1	18.4	
食塩相当量(g)	1.4	1.4	0.9	

	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金
朝 おやつ	お茶 ウエハース	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 クラッカー	お茶 おこめせん
昼食	ハヤシライス たまごサラダ チーズ フルーツポンチ お茶	黒糖ロール 魚のチーズパン粉焼き ◎ごぼうサラダ ミネストローネ オレンジ 牛乳	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜の磯香和え 具たくさん汁 りんご お茶	浜松ぎょうざあんかけめん 南瓜のサラダ 金時豆煮 バナナ お茶	ご飯 鶏の唐揚げ(のり塩) マカロニサラダ 清汁(白菜) いちご お茶
おやつ	牛乳 ☆カステラ/おやつカステラ	豆乳 いなり寿司	牛乳 たまごせんべい・胚芽スティック	豆乳 りんごゼリー・人参チップ	牛乳 ふかし芋
エネルギー(kcal)	549	504	421	510	434
蛋白質(g)	19.5	21.5	16.5	18.6	17.9
脂質(g)	21.9	19.1	14.4	13.4	11.7
食塩相当量(g)	1.3	1.6	1.1	1.1	0.7

	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 ソースせんべい
昼食	ご飯 ぶりの塩こうじ焼き ◎筑前煮 みそ汁(玉葱・えのき) りんご お茶	バターパン 鶏とじゃが芋の味噌グラタン スパゲティサラダ 押し麦入りスープ キウイ 牛乳	ゆかりご飯 松風焼き ◎切干大根煮 かきたま汁(青菜) パイ お茶	カレーうどん れんこんと人参のおかか煮 ナムル オレンジ お茶	ご飯 鮭のあけぼの焼き ひじきと大豆のサラダ 清汁(ほうれん草) バナナ お茶
おやつ	牛乳 お好み焼き	お茶 わかめおにぎり	牛乳 やさいゼリー・◎かみかみすめ	牛乳 チーズホットケーキ	牛乳 フルーツサンド
エネルギー(kcal)	474	496	446	439	509
蛋白質(g)	21.6	18.4	21.7	15.6	19.1
脂質(g)	13.5	17.4	11.8	15.7	15.9
食塩相当量(g)	1.3	2.1	1.4	1.8	1.3

	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金
朝 おやつ	お茶 クラッカー		お茶 おこめせん	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット
昼食	スパゲティミートソース チーズ 春キャベツの塩昆布和え りんご お茶	春分の日	バターパン 白身魚のピザ焼き さつま芋サラダ 大根のスープ バナナ 牛乳	ピビンバご飯 春雨サラダ トマト わかめスープ パイ お茶	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き チャプチェ すまし汁(麩・白菜) オレンジ お茶
おやつ	お茶 きなこのおはぎ		お茶 フルーツポンチ	豆乳 ヨーグルト・ウエハース	牛乳 ホットケーキ
エネルギー(kcal)	469		413	460	457
蛋白質(g)	19.7		17.4	18.3	19.2
脂質(g)	13.2		13.3	14.7	13.4
食塩相当量(g)	1.5		1.6	1.3	1.0

	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 甘辛せんべい	お茶 ウエハース	お茶 クラッカー	お茶 ビスケット
昼食	ご飯 厚揚げの醤油バター焼き きゅうりとみかんの酢の物 みそ汁(じゃが芋・揚げ) パイ お茶	ロールパン 洋風卵焼き ◎切干大根サラダ コーンスープ オレンジ 牛乳	ご飯 サバの照り焼き キャベツのごま和え みそ汁(玉葱・しめじ) バナナ お茶	ご飯 魚のガーリックパン粉焼き ポテトサラダ みそ汁(小松菜・白菜) りんご お茶	肉うどん 白菜とツナマヨおかつ和え ちくわの磯部揚げ パイ お茶
おやつ	牛乳 バナナクレープ	お茶 おにぎり(塩昆布)	牛乳 じゃがバター	牛乳 ヨーグルト・あられ	お茶 マカロニきな粉
エネルギー(kcal)	421	493	437	468	403
蛋白質(g)	12.5	20.1	14.0	17.3	17.1
脂質(g)	13.8	18.0	16.3	15.2	11.6
食塩相当量(g)	0.9	2.0	1.2	1.3	1.5

土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。

卒園式

特別保育

15時おやつについて
☆印のついているおやつ
…うさぎ/りす・ひよこ
成長に合わせておやつを
変更しています。



★今月の新メニューを紹介します★

新メニューは『浜松ぎょうざあんかけめん』です。聖隷栄養部門の料理対決に保育部会から応募した麺料理です。知名度抜群の浜松餃子と子どもたちが大好きな焼きそばを合わせました。焼きそばのうえに餃子の餡と揚げた餃子の皮をトッピングします。浜松餃子に欠かせないもやしも添えています！お楽しみにしてください～♪





3月献立表

聖隷のお保育園 2023年3月離乳食

園庭の木々の枝にも春の訪れを感じながら、今年度も最後の月となりました。保育園で食べる給食や食育を通して、子どもたちは食に関する多くの経験を積み重ねてきました。この1年で心も身体も目覚ましく成長したように感じる今日このごろです。1年間、園の給食にご理解、ご支援をいただきありがとうございました。

	1 水	2 木	3 金	4 土
朝 おやつ	お茶 紫いもチップ	お茶 クラッカー	お茶 せんべい	
昼食	お粥 カレイのしょうが煮 大根煮 みそ汁(小松菜・麩) りんご お茶	あんかけにゅうめん スティックさつま 人参しりしり(離乳) バナナ お茶	お雛さま そぼろ粥 白身魚の味噌焼き ブロッコリー煮 すまし汁(麩・玉葱) いちご お茶	たのしいつどい
おやつ	お茶 おなか粥	牛乳 ホットケーキ	牛乳 せんべい	
エネルギー(kcal)	283	334	280	
蛋白質(g)	12.7	14.1	12.3	
脂質(g)	7.9	7.2	11.9	
食塩相当量(g)	1.1	1.1	0.8	

	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金
朝 おやつ	お茶 ウエハース	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 クラッカー	お茶 おこめせん
昼食	お粥 トマト煮 たまごサラダ バナナ お茶	食パン たららの洋風煮 野菜ステーキ ミネストローネ バナナ お茶	お粥 鶏肉のそぼろ煮 小松菜の磯煮 具たくさん汁 りんご お茶	あんかけにゅうめん 南瓜茶巾 ブロッコリー煮 バナナ お茶	お粥 鶏肉のり塩煮 マカロニ野菜煮 清汁(白菜) いちご お茶
おやつ	お茶 蒸しパン	お茶 いなり粥	お茶 たまごせんべい・ビスケット	お茶 りんごゼリー・人参チップ	お茶 ふかし芋
エネルギー(kcal)	252	195	256	282	213
蛋白質(g)	8.9	8.6	10.3	8.7	8.9
脂質(g)	5.0	2.8	5.8	3.8	2.0
食塩相当量(g)	0.3	1.0	1.1	0.6	0.4

	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 せんべい
昼食	お粥 カレイのだし煮 根菜煮 みそ汁(玉葱・えのき) りんご お茶	食パン 鶏とじゃが芋の味噌グラタン風 スパゲティサラダ(離乳) 押し麦入りスープ バナナ お茶	ゆかり粥 松風焼き スティック煮 かきたま汁(青菜) バナナ お茶	野菜あんかけうどん 豆腐のおかか煮(離乳) ナムル(離乳) りんご お茶	お粥 鮭のだし煮 野菜の煮浸し 清汁(ほうれん草) バナナ お茶
おやつ	お茶 お好み焼き風	お茶 磯粥	牛乳 ゼリー	お茶 チーズホットケーキ	お茶 ジャムサンド
エネルギー(kcal)	282	288	314	261	207
蛋白質(g)	10.2	9.9	12.6	9.6	9.3
脂質(g)	7.4	4.1	8.9	5.3	2.6
食塩相当量(g)	0.9	0.9	1.1	1.1	1.8

	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金
朝 おやつ	お茶 クラッカー		お茶 おこめせん	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット
昼食	スパゲティミートソース(離乳) 粉ふき芋 春キャベツの煮浸し りんご お茶	春分の日	食パン カレイのケチャップ煮 さつま芋サラダ(離乳) 大根のスープ バナナ お茶	そぼろ粥 スティック煮 トマト わかめスープ りんご お茶	お粥 鮭の味噌煮 ピーマンと野菜煮 すまし汁(麩・白菜) バナナ お茶
おやつ	お茶 きなこ粥		お茶 りんごゼリー	お茶 ヨーグルト(離乳)・ウエハース	お茶 ホットケーキ
エネルギー(kcal)	285		217	313	246
蛋白質(g)	11.9		6.2	13.4	9.1
脂質(g)	4.5		5.7	7.0	3.9
食塩相当量(g)	0.8		0.9	1.0	0.8

	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 せんべい	お茶 ウエハース	お茶 クラッカー	お茶 ビスケット
昼食	お粥 豆腐の醤油煮 白菜と胡瓜の煮浸し みそ汁(じゃが芋・揚げ) りんご お茶	食パン 野菜入り肉団子 大根煮 コーンスープ バナナ お茶	お粥 カレイの照り焼き キャベツの煮びたし みそ汁(玉葱・しめじ) バナナ お茶	お粥 蒸しカレイ ポテトサラダ(離乳) みそ汁(小松菜・白菜) りんご お茶	肉うどん(離乳) 白菜とツナのおかか煮 豆腐のくず煮 りんご お茶
おやつ	お茶 蒸しパン	お茶 おなか粥	お茶 ふかしじゃが芋	お茶 ヨーグルト・クッキー	お茶 マカロニきな粉
エネルギー(kcal)	233	205	237	286	272
蛋白質(g)	7.9	9.0	7.3	8.8	13.1
脂質(g)	4.5	4.3	7.7	11.1	4.9
食塩相当量(g)	0.9	0.7	0.8	0.9	1.0

土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。



★今月の新メニューを紹介します★
新メニューは『浜松ぎょうざあんかけめん』です。聖隷栄養部門の料理対決に保育部会から応募した麺料理です。知名度抜群の浜松餃子と子どもたちが大好きな焼きそばを合わせました。焼きそばのうえに餃子の餡と揚げた餃子の皮をトッピングします。浜松餃子に欠かせないもやしも添えています！お楽しみにしてください～♪

