



3月献立表

聖隷のお保育園 2024年3月乳児食

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。これからも、子どもたちが食事を楽しみながら健康的な生活を送れるよう給食を通して保育と関わっていきたいと思います。

一年間ありがとうございました。

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。

◎は、かみかみメニューです。

	1 金	2 土
朝 おやつ	お茶 あられ・せんべい	
昼食	おひなごはん 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 ひなまつり	たのしいつどい
おやつ	牛乳 ひなパーム	
エネルギー(kcal)	486	
蛋白質(g)	21.7	
脂質(g)	12.0	
食塩相当量(g)	1.0	

	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 塩せんべい	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	
昼食	ご飯 ぶりの塩こうじ焼き 春キャベツのたくあん和え みそ汁(玉葱・わかめ) りんご お茶	ロールパン 鶏とじゃが芋のトマトチーズ焼 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) もも缶 お茶	しょうゆラーメン ちくわの磯部揚げ キャロットサラダ オレンジ お茶	ご飯 鶏の唐揚げ(のり塩) マカロニサラダ みそ汁(豆腐・玉葱) バナナ お茶	
おやつ	牛乳 お好み焼き	お茶 きなこのおはぎ	牛乳 ☆クリームパン/ジャムサンド	牛乳 かりんとう・たまごせんべい	豆乳 ヨーグルト・サブレ	
エネルギー(kcal)	431	496	466	447	546	
蛋白質(g)	17.5	19.6	21.8	18.7	21.3	
脂質(g)	12.5	17.5	13.8	14.7	19.1	
食塩相当量(g)	1.2	2.1	1.3	1.8	1.1	

	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金	
朝 おやつ	お茶 おこめせん	お茶 クラッカー	お茶 クッキー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット	
昼食	カレーライス ツナサラダ 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 鶏肉のマーメレード焼き 小松菜の磯香和え 具たくさん汁 りんご お茶	肉うどん 南瓜のサラダ 金時豆煮 バナナ お茶	ご飯 豚肉と厚揚げのしょうが炒め たまごサラダ みそ汁(もやし・油揚げ) キウイ お茶	
おやつ	牛乳 ☆カステラ/おやつカステラ	お茶 いなり寿司	牛乳 ふかし芋	牛乳 ☆メロンパン/きな粉パン	牛乳 ホットケーキ	
エネルギー(kcal)	506	476	446	503	506	
蛋白質(g)	16.8	18.8	16.3	17.0	20.6	
脂質(g)	19.3	18.2	12.8	14.2	18.1	
食塩相当量(g)	1.3	1.5	1.1	1.2	1.3	

	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 塩せんべい		お茶 ビスケット	お茶 クッキー	
昼食	ピピンバご飯 春雨サラダ トマト わかめスープ りんご お茶	バターパン 白身魚フライ さつま芋サラダ 大根のスープ バナナ 牛乳		カレーうどん 春キャベツとツナのソテー チーズ オレンジ お茶	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 納豆和え すまし汁(玉葱・麩) キウイ お茶	
おやつ	豆乳 ヨーグルト・ウエハース	お茶 ☆プリンアラモード/フルーツポンチ		お茶 わかめおにぎり	牛乳 チーズホットケーキ	
エネルギー(kcal)	468	425		376	437	
蛋白質(g)	16.9	15.9		15.2	19.9	
脂質(g)	15.4	14.4		10.3	12.9	
食塩相当量(g)	1.4	1.4		1.9	0.9	

	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	
昼食	ご飯 豚肉のしょうが焼き 人参しりしり みそ汁(もやし・玉葱) オレンジ お茶	のりふりかけご飯 サバの照り焼き ◎筑前煮 みそ汁(玉葱・しめじ) バナナ お茶	バターパン 洋風卵焼き ◎切干大根サラダ コーンスープ もも缶 牛乳	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	浜松ぎょうざあんかけめん 白菜とツナマヨおかか和え ぶどう豆 フルーツポンチ お茶	
おやつ	牛乳 バナナクレープ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 じゃがバター	牛乳 おかき・サブレ	牛乳 やさいゼリー・クッキー	
エネルギー(kcal)	451	504	466	467	465	
蛋白質(g)	17.7	20.3	21.1	15.0	22.3	
脂質(g)	15.8	16.9	20.7	17.5	15.1	
食塩相当量(g)	1.0	1.3	1.9	1.2	1.1	

土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。

春分の日

特別保育



3月献立表

聖隷のお保育園 2024年3月離乳食

今年度も最後の月となりました。 保育園で食べる給食を通して、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。これからも、子どもたちが食事を楽しみながら健康的な生活を送れるよう給食を通して保育と関わっていきたいと思います。

一年間ありがとうございました。



	1 金	2 土
朝 おやつ	お茶 せんべい	
昼食	おひな粥 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 ひな蒸しパン	
エネルギー(kcal)	229	
蛋白質(g)	12.6	
脂質(g)	2.6	
食塩相当量(g)	0.8	

	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 塩せんべい	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	
昼食	お粥 カレイのだし煮 キャベツの煮びたし みそ汁(玉葱・わかめ) りんご お茶	食パン 鶏とじゃが芋のトマト煮 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) りんご お茶	あんかけにゅうめん 豆腐のくず煮 キャロットサラダ バナナ お茶	お粥 鶏肉のり塩煮 マカロニ野菜煮 みそ汁(豆腐・玉葱) バナナ お茶	
おやつ	お茶 お好み焼き風	お茶 きなこ粥	お茶 ジャムサンド	お茶 人参チップ・たまごせんべい	お茶 ヨーグルト・クッキー	
エネルギー(kcal)	270	253	246	318	250	
蛋白質(g)	8.0	9.0	10.8	12.5	11.1	
脂質(g)	6.7	3.8	4.9	5.8	7.0	
食塩相当量(g)	0.8	1.2	1.1	1.0	0.7	

	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金
朝 おやつ	お茶 おこめせん	お茶 クラッカー	お茶 クッキー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット
昼食	お粥 野菜トマト煮 ツナサラダ(離乳) バナナ お茶	食パン たら洋風煮 野菜ステーキ ミネストローネ りんご 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	肉うどん(離乳) 南瓜茶巾 ブロッコリー煮 バナナ お茶	お粥 そぼろ煮 たまごサラダ みそ汁(もやし・油揚) バナナ お茶
おやつ	お茶 蒸しパン	お茶 いなり粥	お茶 ふかし芋	お茶 きな粉パン	お茶 ホットケーキ
エネルギー(kcal)	214	210	252	262	292
蛋白質(g)	9.2	8.6	9.5	10.9	13.4
脂質(g)	2.2	4.3	4.2	4.1	6.6
食塩相当量(g)	0.4	1.1	1.0	0.8	0.9

	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 塩せんべい		お茶 ビスケット	お茶 クッキー
昼食	お粥 スティック煮 トマト わかめスープ りんご お茶	食パン 煮魚(タラ) さつま芋サラダ(離乳) 大根のスープ バナナ お茶	お粥 野菜あんかけうどん 春キャベツの煮浸し 豆腐のくず煮 りんご お茶	お粥 野菜あんかけうどん 春キャベツの煮浸し 豆腐のくず煮 りんご お茶	お粥 鮭の味噌煮 納豆和え すまし汁(玉葱・麩) バナナ お茶
おやつ	お茶 ヨーグルト・ウエハース	お茶 フルーツゼリー		お茶 磯粥	お茶 チーズホットケーキ
エネルギー(kcal)	328	203		240	302
蛋白質(g)	12.3	7.2		9.3	13.5
脂質(g)	7.8	1.8		4.6	7.7
食塩相当量(g)	1.1	1.2		1.0	0.8

	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ
昼食	お粥 肉団子煮 人参しりしり(離乳) みそ汁(もやし・玉葱) バナナ お茶	お粥 カレイの照り焼き 根菜煮 みそ汁(玉葱・しめじ) バナナ お茶	食パン 野菜入り肉団子 大根煮 コーンスープ りんご 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	あんかけにゅうめん 白菜とツナのおかか煮 南瓜茶巾 バナナ お茶
おやつ	お茶 サンドパン	お茶 マカロニきな粉	お茶 ふかしじゃが芋	お茶 せんべい・人参チップ	お茶 ゼリー・クッキー
エネルギー(kcal)	263	305	213	244	305
蛋白質(g)	12.2	11.6	9.1	6.4	9.7
脂質(g)	4.2	9.7	5.0	7.2	4.7
食塩相当量(g)	0.9	0.9	0.8	0.9	0.6

土曜保育はこども園ひかりのこで行われます。

春分の日

特別保育

