



3月献立表



3月の献立のテーマは「保育施設での食事で楽しい思い出を作ろう」です。

今月の旬の食材は…ほうれん草、水菜、菜の花、春キャベツ、わけぎなど

日	曜	献立表	午後のおやつ
2	月	魚のさざれ焼・はくさいとほうれん草のごまあえ・れんこんのおかか煮・バナナ	シラスとひじきのごはん
3	火	水菜寿司・鶏肉の照焼き・菜の花のお浸し・すまし汁・柑橘類※ご飯はいりません	二色ゼリー
4	水	卵の野山焼き・ほうれん草のソテー・にんじんの甘煮・バナナ	ねぎまよピザ
5	木	魚のタルタルソースかけ・茹野菜・ブロッコリーの浸し・柑橘類	マドレーヌ
6	金	豆腐のまり揚げ・中華風サラダ・粉ふきいも・バナナ	いちごマフィン
7	土	炒めビーフン・小松菜の浸し・バナナ	お菓子
9	月	魚の甘酢漬・ほうれん草のごまあえ・さつまいもの煮付・柑橘類	ショートブレッドクッキー
10	火	カレー・大根ときゅうりの和風サラダ・バナナ	もちもちパン
11	水	お好み焼・茹ブロッコリー・柑橘類	洋風おこし
12	木	スパゲティナポリタン・ベイクドかぼちゃ・バナナ	変わりくずもち
13	金	お別れ遠足	ドーナツ
14	土	炒め豆腐・きゅうりの即席漬け・バナナ	お菓子
16	月	魚の照焼き・小松菜とひじきの和えもの・さつまいもの甘煮・バナナ	ココアゼリー
17	火	鶏のから揚げ・茹春キャベツ・ポテトサラダ・柑橘類※ご飯はいりません	シュガーパイ
18	水	豚汁・納豆の磯和え・バナナ	食パンオムレット
19	木	親子うどん・かえりの佃煮・柑橘類	シュガーパイ
21	土	卵とじ・大根の即席漬・バナナ	お菓子
23	月	ムニエル・和風サラダ・茹ブロッコリー・バナナ	セサミトースト
24	火	鶏肉の塩焼き・ごま酢和え・かぼちゃの甘煮・柑橘類	クッキー
25	水	牛肉の甘辛煮・キャベツのレモン酢和え・にんじんの煮付・バナナ	コーンピラフ
26	木	きのこスパゲティ・ベイクドポテト・柑橘類	バナナのヨーグルト和え
27	金	エビフライ・茹キャベツ・糸切り昆布の煮付・バナナ	お誕生日ケーキ
28	土	豚肉のいなか煮・大根の即席漬け・バナナ	お菓子
30	月	卒園式	紅白饅頭





3月 離乳献立表



日	曜	献立表
2	月	白身魚の煮つけ・茹はくさい・バナナ
3	火	チキンスープ・茹野菜・柑橘類
4	水	野菜スープ・茹ほうれん草・バナナ
5	木	白身魚のスープ・茹野菜・柑橘類
6	金	豆腐スープ・茹ポテト・バナナ
7	土	煮込みビーフン・茹小松菜・バナナ
9	月	煮魚・茹ほうれん草・柑橘類
10	火	ミートスープ・茹大根・バナナ
11	水	豚肉と野菜の柔らか煮・茹ブロッコリー・柑橘類
12	木	煮込みスパ・茹かぼちゃ・バナナ
13	金	お別れ遠足
14	土	豆腐とそばろのスープ・茹きゅうり・バナナ
16	月	煮魚・茹小松菜・バナナ
17	火	チキンスープ・茹春キャベツ・柑橘類
18	水	豚汁・納豆・バナナ
19	木	煮込みうどん・かえりのふりかけ・柑橘類
21	土	チキンスープ・茹大根・バナナ
23	月	白身魚のスープ・茹ブロッコリー・バナナ
24	火	チキンスープ・茹きゅうり・柑橘類
25	水	ミートスープ・茹キャベツ・バナナ
26	木	煮込みスパ・茹ポテト・柑橘類
27	金	白身魚の煮つけ・茹キャベツ・バナナ
28	土	ミートスープ・茹大根・バナナ
28	土	修了式

