

4がっ 献立表

佐沼明星こども園 令和7年3月31日

		3歳未満児	全園児共通					
日	曜	午前おやつ	お	か	ず	お	や	つ
1	火	りんごジュース せんべい	豚肉の角煮風 菜の花和え 白玉麩のすまし汁			牛乳 まがりせんべい		
2	水	ヨーグルト	すき焼き風煮 小松菜の磯和え えのきの味噌汁			牛乳 たら焼き		
3	木	牛乳 ビスケット	ほっけの塩焼き ひじきと大豆の炒り煮 油麩の味噌汁			麦茶 みたらし芋		
4	金	牛乳 せんべい	竹輪の磯部揚げ 鶏肉入り厚揚げの旨煮 春キャベツの味噌汁			バナナ豆乳 Caせんべい		
5	土	せんべい	挽肉カレー マセドアンサラダ バナナ			りんごジュース せんべい		
7	月	牛乳 ビスコ	チンジャオロース かみかみサラダ 油揚げの味噌汁			牛乳 クッキー		
8	火	ゼリー	鮭の和風ムニエル バンバンジーサラダ なめこの味噌汁			牛乳 ♪お花のラスク		
9	水	牛乳 ウェハース	国東ハンバーグ かぶと凍り豆腐の旨煮 玉ねぎの味噌汁			麦茶 デコボン		
10	木	ヨーグルト	やきとり もやしと玉ねぎのソテー ぶりの味噌汁			牛乳 白かりんとう		
11	金	野菜ジュース せんべい	春巻き きんぴらごぼう オニオンスープ			牛乳 パン		
12	土	せんべい	ハヤシシチュー フロッコリーのサラダ バナナ			野菜ジュース カステラ		
14	月	牛乳 せんべい	麻婆豆腐 蓮根と油揚げの煮物 わかめの味噌汁			牛乳 さつま芋チップス		
15	火	牛乳 ビスケット	肉じゃが煮 春雨の酢の物 しいたけの味噌汁			牛乳 ♪サンドイッチ		
16	水	ヨーグルト	タラのフライ 春キャベツのゆかり和え ワンタンスープ			牛乳 コーンフレーク		
17	木	牛乳 パン	<完全給食>チキンライス コロッケ スパゲッティとツナのサラダ コンソメスープ			オレンジジュース パイ		
18	金	りんごジュース せんべい	ポークカレー マロニーサラダ 麦茶 バナナ			牛乳 ベじたべる		
19	土	せんべい	貝だくさん豚汁 すき昆布の煮物 オレンジ			スポロン パウムクーヘン		
21	月	牛乳 ウェハース	ポークチャップ 豆もやしの煮物 春雨スープ			フルーツヨーグルト ビスコ		
22	火	ヨーグルト	かじきのカレー煮 豚肉とキャベツのビーフン 大根の味噌汁			牛乳 バナナ		
23	水	野菜ジュース せんべい	<誕生会>筍ご飯 肉団子 サラダ カラフルすまし汁			牛乳 ♪抹茶とあずきのパウンドケーキ		
24	木	ゼリー	大根と豚肉の煮物 ごぼうサラダ かぶの味噌汁			牛乳 セサミスティック		
25	金	牛乳 ビスコ	豆腐の四川風 さつま芋の甘煮 中華味噌スープ			ぶどうジュース クラッカー		
26	土	せんべい	貝だくさん田舎汁 蓮根のきんぴら オレンジ			牛乳 ドーナツ		
28	土	ヨーグルト	鶏肉の唐揚げ いんげんの胡麻和え もやしの味噌汁			牛乳 鯛あられ		
29	月	★ ☆ ★ 昭 和 の 日 ★ ☆ ★						
30	火	牛乳 せんべい	香味焼肉 キャベツとコーンの野菜炒め 豆腐の味噌汁			麦茶 ゼリー せんべい		

☆ <完全給食><誕生会>の日は3歳以上児も主食が出ます。
 ☆ ♪印は手作りおやつです。
 ☆ 発注の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

カ月平均(1人1日当たり)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩含有量
3歳未満児	504kcal	18.0g	15.6g	1.7g
3歳以上児	573kcal	21.2g	18.1g	2.1g

