

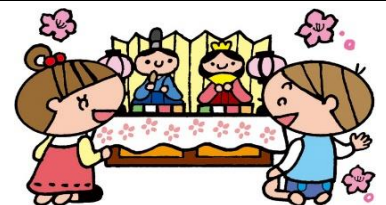


# 3月 献立表

すずの丘保育園  
令和4年 2月 28日

日付	曜日	午前おやつ (未満児)	昼食	午後おやつ
1	火	野菜ジュース	御飯・鶏肉とじゃがいものトマト煮・切干大根の煮物・小松菜と豆腐のみそ汁	パン 牛乳
2	水	ぶどうジュース	ちらし寿司・春巻・ほうれん草とささみのごまサラダ・キャベツの豆乳スープ	りんごゼリー
3	木	オレンジジュース	御飯・厚揚げと野菜のみそ炒め・ポテトサラダ・小松菜としめじの中華スープ	ワッフル 牛乳
4	金	りんごジュース	ミートソーススパゲティ・コーンフレークサラダ・バナナ	焼きイモ 牛乳
7	月	パインジュース	御飯・かぼちゃコロッケ・(付)キャベツ・ごぼうと白滝の炒り煮・豆腐のみそ汁	レモンマドレーヌ 牛乳
8	火	野菜ジュース	チキンカレーライス・肉団子・ブロッコリーのごまマヨネーズ和え・パイン缶	肉まん 牛乳
9	水	ぶどうジュース	ひじき御飯・肉豆腐・ほうれん草と白滝のごま和え・大根とわかめのみそ汁	マシュマロサンド 牛乳
10	木	オレンジジュース	御飯・磯辺焼き・春雨とひじきの中華和え・ほうれん草と卵のスープ・オレンジ	甘食パン 牛乳
11	金	りんごジュース	御飯・さんまのおかか煮・マカロニサラダ・豆腐のすまし汁	ふがし 牛乳
14	月	パインジュース	御飯・じゃがいものそばろ煮・納豆和え・白菜とえのきのコンソメスープ	お麩ラスク 牛乳
15	火	野菜ジュース	ロールパン・ハンバーグ・(付)サラダ菜・ポテト・パスタサラダ・豆乳スープ 青りんごゼリー	ケーキ 麦茶
16	水	ぶどうジュース	洋風あんかけ焼きそば・厚焼き卵・甘夏みかん缶	おにぎり 牛乳
17	木	オレンジジュース	御飯・焼魚(鮭)・里芋と大根のそばろ煮・春雨スープ	ジャムサンド 牛乳
18	金	りんごジュース	お弁当日	十六穀せんべい 牛乳
22	火	野菜ジュース	御飯・ぎょうざ・(付)サラダ菜・スパゲティソテー・ブロッコリーのかきたまスープ	芋けんぴ 牛乳
23	水	ぶどうジュース	御飯・かじきと玉ねぎの角煮・糸寒天ともやしの中華和え・ さつま芋とわかめのみそ汁・みかん缶	りんごのムース
24	木	オレンジジュース	御飯・チンジャオオロス・ひじきとほうれん草の炒り卵和え・ 大根と小松菜のスープ・お祝いゼリー	ラスク 牛乳
25	金	りんごジュース	ポークカレーライス・ブロッコリーとチキンのマヨ和え・オレンジ	ほうれん草蒸しパン 牛乳
28	月	パインジュース	御飯・キャベツメンチ・(付)レタス・ひじきと厚揚げの煮物・かぼちゃのみそ汁	オレンジ・バナナ 牛乳
29	火	野菜ジュース	御飯・豚肉とじゃがいものオイスターソース炒め・ブロッコリーのごま酢和え・ 豆腐とキャベツのスープ	野菜かりんとう 牛乳
30	水	ぶどうジュース	御飯・炒り鶏・キャベツとほうれん草の中華風磯和え・もやしとわかめのみそ汁	コーンフレーク 牛乳
31	木	オレンジジュース	御飯・鶏肉の照焼き・春雨サラダ・けんちん汁	木の葉パン 牛乳

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	食塩 g
3歳以上児	565	21.9	17.5	242	2.4	1.9
3歳未満児	501	17.6	14.2	205	2.1	1.7



※ 食材納入の関係により、献立が変更になることがあります。