

3月行事・献立予定

令和4年度 こしき保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	水	身体測定（未満児）	♥鯖の味噌煮 春雨の酢の物 すまし汁 パナナ	鯖 生姜 春雨 人参 きゅうり キャベツ みかん缶 ごま 麩 ほうれん草 玉ねぎ パナナ	牛乳 野菜せんべい	牛乳 ♥大学芋
2	木	身体測定（以上児）	♥揚げ餃子 ♥伴三糸 ほうれん草のかきたまスープ グレープフルーツ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 春雨 きゅうり 人参 ハム もやし ほうれん草 玉ねぎ えのき 人参 卵 グレープフルーツ	豆乳 米菓子	牛乳 ♥スイートラスク
3	金	ひなまつり会	ひなまつりランチ	卵 人参 蓮根 かんぴょう 椎茸 さやえんどう きゅうり 鶏肉 にんにく しょうが ブロッコリー 人参 チーズ 菜の花 手毬麩 いちご	りんごジュース	ひなまつりゼリー ひなあられ
4	土				牛乳 せんべい	りんごジュース ソフトあられ
6	月	安全指導週間 交通安全指導 絵本代集金袋配布	♥きつねうどん 切干大根の旨煮 ウィンナー オレンジ	うどん 油揚げ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 かまぼこ ねぎ 切干大根 人参 しいたけ ちくわ いんげん ウィンナー オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 黒糖蒸しパン
7	火	学校ごっこ	若鶏の中華漬け かみかみ和え 豆腐の中華スープ りんご	鶏肉 生姜 にんにく ねぎ さきいか 切干大根 キャベツ きゅうり 人参 ごま ハム 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ りんご	牛乳 ビスケット	♥フルーツヨーグルト
8	水	避難訓練（火災）	♥ほうれん草のグラタン ブロッコリーのドレッシング和え ベーコンスープ パイン	鶏肉 マカロニ 玉ねぎ ほうれん草 バター 牛乳 チーズ ブロッコリー きゅうり 人参 ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 パセリ パイン	牛乳 ロールパン	♥ぶどうゼリー
9	木	お別れ会	リクエストランチ	豚肉 レタス きゅうり 人参 ブロッコリー スバグティ なめこ 玉ねぎ 豆腐 ねぎ いちご	野菜ジュース	牛乳 カップケーキ
10	金	布団持ち帰り	♥魚フライ ポテトサラダ キャベツの味噌汁 オレンジ	おひょう 豆乳 じゃが芋 きゅうり ハム 人参 キャベツ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 ポーロ	♥アイスクリーム
11	土				牛乳 サブレ	オレンジジュース クラッカー
13	月	学校ごっこ	焼きそば ごぼうのから揚げ 白ネギのあったかスープ バナナ	中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし 青のり ごぼう ねぎ ベーコン 玉ねぎ 人参 かつ しめじ しょうが バナナ	牛乳 ウエハース	♥おにぎり
14	火	誕生会	おめでとウランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ バター グリンピース エビ ブロッコリー きゅうり レタス じゃが芋 パイン いちご	りんごジュース	牛乳 ♥いちごショートケー キ
15	水		鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 人参のポタージュ パナナ	鮭 ひじき 人参 こんにゃく さつま揚げ いんげん 人参 じゃが芋 玉ねぎ パセリ バター 牛乳 パナナ	牛乳 せんべい	飲むヨーグルト せんべい
16	木	お別れ満足（そう） お弁当の日（全園児） おはなしの森	お弁当の日		野菜ジュース サンドビスケット	牛乳 桜餅
17	金	食育の日 作品袋持ち帰り	★高野豆腐のカツ ポイルブロッコリー ★五目和え ♥豚汁 りんご	高野豆腐 チーズ 卵 ブロッコリー もやし ほうれん草 人参 しいたけ 春雨 ごま 豚肉 ごぼう 白菜 玉ねぎ 人参 ねぎ 里芋 りんご	牛乳 パナナ	豆乳 ♥ひこうきビスケット
18	土	新年度用品販売			牛乳 ソフトあられ	りんごジュース せんべい
20	月		♥スバグティーナポリタン キャベツのフレンチサラダ 野菜のミルクのスープ グレープフルーツ	スバグティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン チーズ キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 牛乳 グレープフルーツ	豆乳 米菓子	牛乳 ♥マシュマロサンド
22	水		鯖のから揚げ サクサクれんこんサラダ 油揚げの味噌汁 りんご	鯖 れんこん 人参 きゅうり コーン レタス ひじき ハム しめじ 玉ねぎ 油揚げ ねぎ りんご	ヨーグルト	牛乳 ♥ジャーマンポテト
23	木	道具箱の用品持ち帰り	ピザバーグ グリーンサラダ じゃが芋の味噌汁 いちご	牛肉 豚肉 玉ねぎ 牛乳 チーズ 赤パプリカ ピーマン ブロッコリー レタス きゅうり 人参 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ いちご	牛乳 せんべい	牛乳 ♥どら焼き
24	金	着替え持ち帰り （そう）	豚大根 ♥焼きししゃも ほうれん草の磯香和え 油揚げの味噌汁 パナナ	豚肉 大根 人参 ごぼう 生姜 ししゃも ほうれん草 人参 もやし のり佃煮 油揚げ 玉ねぎ 人参 わかめ パナナ	りんごゼリー	牛乳 ♥フレンチトースト
25	土				牛乳 クラッカー サブレ	みかんジュース サブレ
27	月		♥ラーメン ウィンナー ほうれん草のおかか和え オレンジ	中華麺 玉ねぎ 豚肉 もやし 人参 ねぎ なると ウィンナー ほうれん草 人参 もやし かつお節 オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 ごまごま豆腐パン
28	火		ポークカレー ブロッコリーサラダ 福神漬け りんご	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ブロッコリー 人参 きゅうり 福神漬け りんご	牛乳 ビスケット	牛乳 ♥ピザトースト
29	水	修了式 布団持ち帰り 着替え持ち帰り （在園児）	煮魚 マカロニサラダ 小松菜と花麩のすまし汁 パナナ	赤魚 生姜 キャベツ マカロニ きゅうり 人参 コーン チーズ 玉ねぎ 小松菜 麩 ねぎ パナナ	牛乳 ウエハース	豆乳 クッキー
30	木	希望登所	麻婆豆腐 小松菜のおかか和え さつま芋の味噌汁 パイン	豆腐 豚肉 人参 ねぎ 玉ねぎ 生姜 小松菜 ほうれん草 もやし 人参 かつお節 さつま芋 玉ねぎ わかめ パイン	牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
31	金		豚肉の生姜焼き さわやかキャベツ ベーコンスープ パナナ	豚肉 玉ねぎ 生姜 キャベツ きゅうり パイン ベーコン 人参 じゃが芋 玉ねぎ パセリ パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット

ひな祭りランチ・・・ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ ポイル野菜 チーズ 菜の花のすまし汁 いちご

おめでとウランチ・・・チキンライス エビフライ ブロッコリーサラダ ♥フライドポテト パイン いちご

リクエストランチ・・・♥おにぎり ♥トンカツ ♥スバグティータレー レタスサラダ ♥なめこ汁 いちご

食育の日のサンプル展示は5歳児です。主食（御飯）の量は120gです。

今月の果物はいちご、りんご、パイン、オレンジ、グレープフルーツ。バナナを予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。★印は新メニューです。♥印はリクエストメニューです。