

3月行事・献立予定

令和5年度

あさひ保育所

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	金	ひなまつり会 誕生会	ちらし寿司 ♥チキンカツ ポイル野菜 チーズ 菜の花のすまし汁 いちご	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	牛乳 ショートケーキ
2	土				牛乳 せんべい	
4	月		♥ラーメン 切干大根の旨煮 ウィンナー オレンジ	中華麺 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし 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 バナナ	牛乳 ♥ピザ蒸しパン
5	火	生活安全指導 身体測定	♥揚げ餃子 かみかみ和え 豆腐の中華スープ バナナ	豚肉 生姜 玉ねぎ キャベツ 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 バナナ	牛乳 ビスケット	♥プリン
6	水		筑前煮 ♥焼きししゃも 麩のすまし汁 バイン	鶏肉 人参 筍 蓮根 ごぼう 里芋 椎茸 さやいんげん ししゃも 玉ねぎ ねぎ 小松菜 麩 バイン	牛乳 ビスケット	牛乳 ♥かりんとう
7	木	お別れバス遠足	お弁当の日		りんごジュース	アイスクリーム
8	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 卵 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	牛乳 ♥クリームサンド
9	土	用品販売会			牛乳 サブレ	
11	月	交通安全指導	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 かぶ しめじ しょうが バナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 オープンサンド
12	火	お別れ会	♥ミートスパゲッティ♥鶏のから揚げ ポイル野菜♥フライドポテト♥卵サンド いちご バイン	豚肉 玉ねぎ 人参 鶏肉 しょうが ブロッコリー じゃが芋 食パン 卵 いちご バイン	のむヨーグルト	♥フルーツパフェ
13	水		♥鯖の梅焼き ひじきの炒め煮 人参のポタージュ みかん	鯖 梅 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 みかん	牛乳 せんべい	牛乳 ♥ドーナツ
14	木	避難訓練	チャプチェ きゅうりとささ身の和え物 わかめスープ バナナ	春雨 牛肉 人参 玉ねぎ たら たけのこ ごま 鶏肉 きゅうり しめじ 人参 ごま わかめ 玉ねぎ チンゲン菜 バナナ	牛乳 ポーロ	牛乳 ♥肉まん
15	金		♥コロッケ ブロッコリーサラダ わかめの味噌汁 バイン	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 わかめ バイン	牛乳 スティックパン	牛乳 ビスケット
16	土				牛乳 ソフトあられ	
18	月		♥たらこスパゲッティ キャベツのフレンチサラダ 野菜のミルクのスープ バナナ	スパゲッティたらこ 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 バナナ	豆乳 米菓子	牛乳 フランスパン せんべい
19	火	食育の日	★松風焼 サクサクれんこんサラダ 油揚げの味噌汁 りんご	鶏肉 人参 ねぎ ごま 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	★じゃが芋のおやき
21	木		♥かりん揚げ ブロッコリーサラダ わかめの味噌汁 オレンジ	豚肉 生姜 ブロッコリー 人参 油揚げ 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	ぶどうゼリー	牛乳 ♥ジャムトースト
22	金		♥ハンバーグ グリーンサラダ じゃが芋の味噌汁 バナナ	牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 チーズ 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 バナナ	牛乳 りんご	牛乳 揚げせんべい
23	土				牛乳 クラッカー	
25	月		♥肉うどん ウィンナー ほうれん草のおかか和え オレンジ	うどん 豚肉 生姜 玉ねぎ 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	♥みかんゼリー
26	火	修了式 布団持ち帰り	ポークカレー 福神漬け バナナ	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 南瓜 福神漬け バナナ	牛乳 ビスケット	飲むヨーグルト せんべい
27	水	希望登所	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 コンソメスープ バイン	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 バイン	牛乳 ウエハース	豆乳 クッキー
28	木		麻婆豆腐 小松菜のおかか和え さつま芋の味噌汁 バナナ	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 バナナ	牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ
29	金		豚肉の生姜焼き さわやかキャベツ ベーコンスープ オレンジ	豚肉 玉ねぎ たら 生姜 キャベツ きゅうり バイン ベーコン 人参 じゃが芋 玉ねぎ パセリ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
30	土				牛乳 サブレ	

ひなまつり・誕生会・・・ちらし寿司 チキンカツ ポイル野菜 チーズ 菜の花のすまし汁 いちご
お別れ会・・・ミートスパゲッティ 鶏肉の唐揚げ ポイルブロッコリー フライドポテト 卵サンド 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、バイン、オレンジ、グレープフルーツ、みかん、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。