

# 3月行事・献立予定

令和6年度 ふたば 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 土  |                    |                                                  |                                                                            | 豆乳 せんべい       | りんごジュース<br>ソフトあられ             |
| 3 月  | ひなまつり              | ちらし寿司<br>鶏肉の竜田揚げ ポイル野菜<br>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<br>鶏肉 にんにく しょうが ブロッコリー 人参<br>チーズ 菜の花 手毬麩 いちご  | フルーツジュース      | ひなまつりゼリー<br>以上児・うさぎ組<br>ひなあられ |
| 4 火  | 交通安全指導<br>修了記念写真撮影 | ♥焼きそば ごぼうのから揚げ<br>白ネギのあったかスープ<br>オレンジ            | 中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし 青のり ごぼう<br>ねぎ ベーコン 玉ねぎ 人参 かぶ しめじ しょうが<br>オレンジ       | 牛乳 パナナ        | 牛乳<br>♥フレンチトースト               |
| 5 水  | お別れ遠足              | お弁当の日                                            |                                                                            | りんごジュース       | 牛乳<br>シュークリーム<br>りす組 フルーツタルト  |
| 6 木  |                    | ♥ほうれん草のグラタン<br>ブロッコリーのドレッシング和え<br>♥コンソメスープ ♥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<br>ブロッコリー きゅうり 人参<br>ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 パセリ パイン | フルーツジュース      | 牛乳<br>かみかみボン菓子                |
| 7 金  | 誕生会                | おめでとうバイキング                                       | 鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース エビ<br>ブロッコリー コーン 人参 きゅうり ハム<br>スパゲティ パイン                  | のむヨーグルト       | 牛乳<br>クレープ                    |
| 8 土  |                    |                                                  |                                                                            | 豆乳 サブレ        | オレンジジュース<br>クラッカー             |
| 10 月 | 交通安全指導             | ♥カレーうどん<br>ブロッコリーサラダ チーズ<br>オレンジ                 | うどん 椎茸 玉ねぎ 人参 ほうれん草 かまぼこ ねぎ<br>ブロッコリー 人参 きゅうり チーズ<br>オレンジ                  | フルーツジュース      | 牛乳 桜餅                         |
| 11 火 | 避難訓練               | 鮭の塩焼き<br>ひじきの炒め煮<br>豆腐のすまし汁 パイン                  | 鮭<br>ひじき 人参 さつま揚げ いんげん<br>人参 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 パイン                              | 牛乳 せんべい       | 牛乳 ミニドッグ                      |
| 12 水 | お別れ会               | リクエストメニュー                                        | しらす 豚肉<br>たらこ じゃがいも ハム ブロッコリー 人参 きゅうり<br>いちご パイン                           | のむヨーグルト       | 牛乳<br>♥いちごショートケーキ             |
| 13 木 |                    | ♥若鶏の中華漬け<br>かみかみ和え<br>豆腐の中華スープ オレンジ              | 鶏肉 生姜 にんにく ねぎ<br>切干大根 キャベツ きゅうり 人参 ごま ハム<br>豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ              | フルーツジュース      | 牛乳<br>♥ピザトースト                 |
| 14 金 |                    | ♥ハンバーグ<br>グリーンサラダ<br>じゃが芋の味噌汁 ♥いちご               | 牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳<br>ブロッコリー レタス きゅうり 人参<br>じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ いちご                 | 牛乳 パナナ        | 豆乳<br>かみかみビスケット               |
| 15 土 |                    |                                                  |                                                                            | 豆乳<br>ソフトあられ  | りんごジュース<br>せんべい               |
| 17 月 |                    | ♥天ぷらうどん おさかなふりかけ<br>(野菜かき揚げ)<br>ほうれん草のごま和え パイン   | うどん なんと ねぎ 鯉節 ごま 海苔<br>玉ねぎ 人参 春菊<br>ほうれん草 小松菜 人参 もやし 胡麻 パイン                | 豆乳 米菓子        | 牛乳<br>♥カナッペ                   |
| 18 火 |                    | チャプチェ<br>きゅうりとささ身の和え物<br>わかめスープ オレンジ             | 春雨 牛肉 人参 玉ねぎ にら たけのこ ごま<br>鶏肉 きゅうり しめじ 人参 ごま<br>わかめ 玉ねぎ チンゲン菜 オレンジ         | 牛乳 ビスケット      | 牛乳<br>♥フライドポテト                |
| 19 水 | 食育の日               | ★焼鯖の夕焼けソース<br>ブロッコリーの香りと和え<br>★わかビーふりかけ なめこ汁 いちご | 鯖 人参<br>ブロッコリー 人参 かつお節<br>しそわかめ ビーマン 人参 なめこ 豆腐 ねぎ いちご                      | 牛乳 米菓子        | 牛乳 ★みそラスク                     |
| 21 金 |                    | ♥かりん揚げ<br>♥納豆和え<br>わかめとじゃが芋の味噌汁 パナナ              | 豚肉 しょうが<br>納豆 切り干し大根 人参 ひじき 小松菜<br>わかめ じゃが芋 もやし パナナ                        | ぶどうゼリー        | 牛乳<br>かみかみ小魚                  |
| 22 土 |                    |                                                  |                                                                            | 豆乳 クラッカー      | オレンジジュース<br>せんべい              |
| 24 月 |                    | ♥肉うどん ウィンナー<br>ほうれん草のおかか和え<br>オレンジ               | うどん 牛肉 生姜 玉ねぎ 人参 ねぎ なんと ウィンナー<br>ほうれん草 人参 もやし かつお節<br>オレンジ                 | 牛乳 せんべい       | 牛乳 ♥抹茶蒸しパン                    |
| 25 火 |                    | ♥揚げ餃子<br>伴三糸<br>えのきのかき玉スープ パナナ                   | 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 餃子の皮 生姜<br>春雨 キャベツ きゅうり 人参 もやし ハム<br>玉ねぎ えのき にら 卵 パナナ          | 牛乳 りんご        | 牛乳 ジャムサンド                     |
| 26 水 | 修了式                | ビーフカレー<br>福神漬け<br>いちご オレンジ                       | 牛肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 南瓜<br>福神漬け<br>いちご オレンジ                                      | 牛乳 ビスケット      | 飲むヨーグルト<br>以上児・うさぎ組せんべい       |
| 27 木 | 希望登所(お弁当)          | お弁当の日                                            |                                                                            | 牛乳 ウエハース      | 牛乳 揚げせんべい                     |
| 28 金 |                    | お弁当の日                                            |                                                                            | 牛乳<br>野菜かりんとう | 牛乳 ビスケット                      |
| 29 土 |                    |                                                  |                                                                            | 豆乳 ソフトあられ     | りんごジュース<br>クラッカー              |
| 31 月 |                    | お弁当の日                                            |                                                                            | 牛乳 ポーロ        | 豆乳 クッキー                       |

リクエストメニュー・・・♥おにぎり♥トンカツ♥たらこじゃがいも♥ブロッコリーサラダ♥いちご♥パイン  
 おめでとうバイキング・・・チキンライス ♥エビフライ ♥コロコロサラダ スパソテー パイン ♥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。