3月行事・献立予定

令和3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	火		♡コロッケ キャベツとツナのサラダ 大根の味噌汁 りんご	さつまい じゃが芋 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 大根 しめじ 油揚げ ねぎ りんご	牛乳 ビスケット	♡フルーツヨーグルト
2	水		♡かりん揚げ ♡フロccoliーサラダ すまし汁 バナナ	豚肉 生姜 フロccoliー 人参 きゅうり 麩 ほうれん草 玉ねぎ バナナ	牛乳 りんご	牛乳 せんべい
3	木	ひなまつり会	ひな祭りランチ	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 フロccoli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	金	身体測定 絵本代集金	♡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 小魚	プリン
5	土				牛乳 せんべい	りんごジュース あられ
7	月	交通安全指導	♡天ぷらうどん ほうれん草のおかか和え ウィンナー オレンジ	うどん 玉ねぎ 人参 さつまい 海老 かまぼこ ねぎ ほうれん草 人参 もやし かつお節 ウィンナー オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 ♡ドーナツ
8	火		♡レバーの中華漬け 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 バナナ	牛乳 ★ごまごま豆腐パン
9	水	誕生会	おめでとらランチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ バター グリンピース エビ 卵 フロccoliー きゅうり レタス 食パン 卵 バイン いちご	のむヨーグルト	♡いちごロールケーキ
10	木	歯科健診	筑前煮 焼きししゃも 麩のすまし汁 バナナ	鶏肉 人参 たけのこ 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 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ♡ミニドッグ
11	金	お別れ遠足 布団持ち帰り	お弁当の日		りんごジュース	飲むヨーグルト
12	土				牛乳 サブレ	オレンジジュース クラッカー
14	月		♡ラーメン ウィンナー フロccoliーサラダ いちご	中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ もやし ねぎ ウィンナー フロccoliー ハム コーン いちご	牛乳 ウエハース	ヨーグルト
15	火	避難訓練	ほうれん草のグラタン キャベツのフレンチサラダ ベーコンスープ いちご	鶏肉 マカロニ 玉ねぎ ほうれん草 バター 牛乳 チーズ キャベツ きゅうり フロccoliー ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 パセリ いちご	牛乳 スティックパン	牛乳 ぶどうゼリー
16	水	お別れ会	リクエストメニュー	鶏肉 たまねぎ 人参 バター グリンピース 鶏肉 フロccoliー きゅうり コーン じゃが芋 スパゲティー いちご	ヨーグルト	♡おたのしみパフェ
17	木		♡ハヤシライス ウィンナー フロccoliーサラダ りんご	牛肉 たまねぎ人参 しめじ じゃがいも パセリ フロccoliー 人参 ハム ウィンナー りんご	牛乳 バナナ	豆乳 ビスケット
18	金	食育の日	★チャブチェ ★きゅうりとささ身の和え物 わかめスープ みかん	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 みかん	牛乳 ポーロ	牛乳 桜餅
19	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース せんべい
22	火		スパゲティーナポリタン フロccoliーのドレッシング和え 野菜のミルクのスープ いちご	スパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン チーズ フロccoliー きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 牛乳 いちご	豆乳 おかき	牛乳 ♡マカロニあべかわ
23	水		豚肉の生姜焼き さわやかキャベツ 人参のポタージュスープ バナナ	豚肉 玉ねぎ たら 生姜 キャベツ きゅうり バイン 人参 じゃが芋 玉ねぎ パセリ バター 牛乳 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 ♡マシュマロサンド
24	木		♡ハンバーグ 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 卵 牛乳 フロccoliー レタス きゅうり じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ いちご	牛乳 りんご	♡わかめおにぎり
25	金	布団持ち帰り	♡麻婆豆腐 ほうれん草の磯香和え 油揚げの味噌汁 バナナ	豚肉 豆腐 たまねぎ 人参 ねぎ 生姜 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 バナナ	ぶどうゼリー	牛乳 ♡スイートポテト
26	土				牛乳 クラッカー	みかんジュース サブレ
28	月		♡肉うどん ウィンナー 切干大根の旨煮 オレンジ	うどん 豚肉 生姜 玉ねぎ 人参 ねぎ なた ウィンナー 切干大根 人参 しいたけ ちくわ いんげん オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット
29	火	修了式	ポークカレー 福神漬け オレンジ りんご	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 南瓜 福神漬け オレンジ りんご	牛乳 ビスケット	飲むヨーグルト せんべい
30	水		煮魚 マカロニサラダ 小松菜と花麩のすまし汁 バナナ	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 バナナ	牛乳 ウエハース	豆乳 クッキー
31	木		キッズ麻婆 小松菜のおかか和え さつまいの味噌汁 バイン	豆腐 豚肉 納豆 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 さつまい 玉ねぎ わかめ バイン	牛乳 クラッカー	オレンジジュース サブレ

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

おめでとらランチ・・・大山おこわ エビフライ グリーンサラダ サンドイッチ いちご

リクエストメニュー・・・チキンライス から揚げ フロccoliーサラダ フライドポテト スパゲティー 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。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。