



3月 献立表



平成29年

浄光寺幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食		体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1	水	ご飯 にとりと玉子のスープ 花しゅうまい ビーフン野菜ソテー 手作りクッキー 麦茶	鶏卵 豚肉 牛乳 バター	米 三温糖 ごま油 片栗粉 しゅうまいの皮 ビーフン 小麦粉	にら コーン 玉ねぎ しょうが グリーンピース キャベツ 人参 小松菜	水 中華スープの素 こいくちしょうゆ 食塩 料理酒 麦茶
2	木	ご飯 味噌汁 鮭の竜田揚げ 切干大根サラダ 麦茶	味噌 鮭 ハム	米 片栗粉 油 マヨネーズ	昆布 干しいたけ チンゲン菜 しめじ 人参 にんにく しょうが 切干大根 きゅうり	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
10	金	ご飯 味噌汁 豚肉のしょうが炒め 白菜と油揚げの和え物 バナナ 麦茶	味噌 豚肉 油揚げ かつお節	米 片栗粉 油 三温糖	昆布 干しいたけ なめこ ほうれん草 長ねぎ 玉ねぎ ピーマン パプリカ しょうが 白菜 人参 きゅうり バナナ	水 だし醤油 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
13	月	ご飯 ミネストローネ チキンムニエル マカロニツナサラダ 麦茶	鶏肉 ツナ スキムミルク	米 三温糖 薄力粉 バター 油 マカロニ マヨネーズ	キャベツ 玉ねぎ セロリー トマト缶 コーン ハセリ きゅうり 人参	水 トマトケチャップ コンソメ 食塩 麦茶
15	水	☆卒園お祝い献立☆赤飯 お吸い物 えび天 ブロッコリーとポテトサラダ フルーツポンチ 麦茶	ささげ かつお節 えび スキムミルク	米 もち米 ごま 薄力粉 片栗粉 油 じゃが芋 マヨネーズ	昆布 干しいたけ 小松菜 しめじ 人参 ブロッコリー コーン 黄桃缶 バナナ パイン缶 キウイ	水 食塩 こいくちしょうゆ 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	目標量	429	15	12.4	100	1.3
	平均量	449	16.7	12.9	91	1.1

発行: 株式会社ミールケア

<p>《3月1日 メニューイメージ》 年長さんとクッキーを作ります。 みんなと美味しく作りましょう。</p>		<p>《3月10日 メニューイメージ》 お野菜たっぷりのメニューです。 卒園祝いとして、お赤飯を炊かせて いただきます。</p>	
<p>《3月13日 メニューイメージ》 洋風のメニューとなっています。 よく噛んで食べましょうね。</p>		<p>《2月9日 メニューイメージ》 年長さん最後の給食となります 卒園祝いとして、お赤飯を炊かせて いただきます。</p>	