



3月 給食献立表

(1~2歳児)



令和5年3月1日
幼保連携型認定こども園
中央文化保育園
園長 町田 美智子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	
1 水	ゆかりごはん・生姜みそおでん・小松菜の納豆和え・麦茶・みかん	生揚げ じゃがいも 糸こんにゃく 小松菜 もやし 納豆	おかし	マスカットジュース
2 木	ふわ玉しょうゆラーメン・肉しゅうまい・ソファール	中華麺 ほうれん草 なたね油 鶏卵 玉ねぎ 肉しゅうまい	ジャムサンド	牛乳
3 金	《誕生会》 ちらしずし・鶏の照焼き・青のりポテト・花麩のみそ汁・ぶどうゼリー	れんこん水煮 油揚げ 鶏もも肉 じゃがいも 花麩 白菜 しめじ	ロールケーキ	牛乳
4 土	ごはん・和風きんぴら包み焼き・切り干し大根の炒め煮・豆腐のみそ汁	和風きんぴら包み焼き 人参 切り干し大根 油揚げ 木綿豆腐	おかし	牛乳
6 月	ごはん・ブラウンシチュー・春雨の甘酢和え・野菜ジュース	豚もも肉 じゃがいも 玉ねぎ 春雨 きゅうり ツナフレーク	おかし	牛乳
7 火	☆魚の日メニュー ごはん・さんまの蒲焼き・カラフルビーンズサラダ・せんぎりみそ汁	さんま切身 大豆水煮 枝豆 魚肉ソーセージ キャベツ	じゃがいも餅	牛乳
8 水	ピザトースト・ブロッコリーの彩りサラダ・コーンポタージュ・バナナ	食パン ウインナー 玉ねぎ ブロッコリー カニカマ コーン	おかし	いちごオレ
9 木	カレーうどん・春巻き・元気ヨーグルト	うどん 鶏もも肉 白菜 人参 ほうれん草 なたね油 春巻き	シフォンケーキ	牛乳
10 金	ごはん・白菜の鶏つくね煮・里芋のおかか和え・春雨スープ	鶏挽肉 白菜 えのき 春雨 チンゲン菜 里芋水煮 人参	ココアプリン	麦茶
11 土	ふりかけごはん・ウインナー・すき昆布の炒め煮・高野豆腐のみそ汁	ウインナー すき昆布 糸こんにゃく 高野豆腐 もやし 小松菜	おかし	牛乳
13 月	ごはん・さつまいもシチュー・チーズマカロニサラダ・白ぶどうジュース	鶏もも肉 さつまいも 人参 玉ねぎ チーズ マカロニ	おかし	牛乳
14 火	バンズパン・照焼きハンバーグ・フライドポテト・ミネストローネ	バターロール ハンバーグ フライドポテト トマト缶	りんご	麦茶
15 水	納豆ごはん・具だくさん卵焼き・ハンバンジーサラダ・ねぎじゃがみそ汁	納豆 鶏卵 ビーマン もやし 鶏ささみ 長ねぎ じゃがいも	おかし	ヨーグルトジョイ
16 木	ミートソーススパゲッティ・かき玉コンソメジュリアン・フルーチェ	スパゲッティ 豚挽肉 人参 鶏卵 キャベツ セロリ	メロンパン	牛乳
17 金	中華丼・かぼちゃのチーズ焼き・なめこ汁	豚肩ロース肉 白菜 なたね油 かぼちゃ なめこ 木綿豆腐	チョコバナナ	牛乳
18 土	ごはん・豆腐の肉みそあん包み・ひじきの炒め煮・油揚げのみそ汁	豆腐の肉みそあん包み ひじき 糸こんにゃく 油揚げ ほうれん草	おかし	牛乳
20 月	ごはん・チキンカレー・福神漬・わかめの酢の物・オレンジジュース	鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 塩蔵わかめ きゅうり	肉まん	牛乳
21 火	春 分 の 日			
22 水	クロワッサン・たらのクリームグラタン・白菜のコールスロー・ポトフ	クロワッサン たら切身 白菜 ロースハム キャベツ	おかし	麦茶
23 木	《お別れ会》 菜の花ごはん・肉じゃが・塩キャベツサラダ・花麩のみそ汁・りんごゼリー	錦糸卵 豚肩ロース肉 人参 じゃがいも キャベツ 花麩	プチシュー	牛乳
24 金	ソース焼きそば・中華風コーンスープ・キラキラヨーグルト	中華麺 豚挽肉 玉ねぎ 人参 クリームコーン缶 しいたけ	スイートブレッド	牛乳
25 土	ごはん・麻婆豆腐・さつまいもの甘煮・わかめのみそ汁	木綿豆腐 鶏挽肉 さつまいも 塩蔵わかめ もやし 小松菜	おかし	牛乳
27 月	ごはん・キーマブラウンシチュー・チーズスパゲッティサラダ・ジョア	豚挽肉 じゃがいも 人参 チーズ スパゲッティ	おかし	牛乳
28 火	チョコサンド・ツナポテトオムレツ・ポパイソテー・ミルクスープ	食パン 鶏卵 ツナフレーク ほうれん草 魚肉ソーセージ	揚げたご焼き	麦茶
29 水	おにぎり・さけの塩焼き・五目きんぴら・せんべい汁	さけ切身 れんこん水煮 ビーマン せんべい 鶏もも肉	おかし	カルピス
30 木	みそカレー牛乳ラーメン・蒸しギョーザ・いちごヨーグルト	中華麺 豚挽肉 キャベツ 塩蔵わかめ なたね油 ギョーザ	チョコクロワッサン	牛乳
31 金	ごはん・鶏のからあげ・チンゲン菜の白和え・けの汁	鶏もも肉 チンゲン菜 ちくわ 木綿豆腐 大根 ぜんまい水煮	おかし	牛乳

《ねらい》

・1年間の食生活と生活習慣を振り返り、来年度の目標を立てる。



※ 毎日午前のおやつとしてお菓子（月に1回はゼリー）と麦茶（月に2回はヤクルト）を提供しています。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。