



3月給食献立表



令和2年度
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	月	牛乳 ホームパイ	鮭のレモン風味焼き・五目きんぴら・けんちん汁・焼きのり	牛乳 小倉蒸しパン
2	火	牛乳 バナナ	クリーム煮・ごま塩サラダ・手作りふりかけ・ミートボール	牛乳 フルーチェイチゴ
3	水	牛乳 シガーフライ	おひなずし・菜の花和え・すまし汁・もも缶	カルピス ひなあられ
4	木	牛乳 味しらべ	おにぎり・鶏肉と野菜の甘酢味・スマイルポテト・マカロニサラダ・もずくスープ・オレンジ	牛乳 チーズ・アスバラガス
5	金	牛乳 クラッカー	三色丼・わけぎのぬた・さつま芋のレモン煮・りんご	牛乳 どん焼き
6	土	牛乳 ビスケット	スパゲティミートソース・フレンチサラダ・バナナ	牛乳 ビスケット
8	月	牛乳 星たべよ	鶏肉の中華風照り煮・ばんさんすう・中華スープ・オレンジ	牛乳 お好み焼き
9	火	牛乳 マンナ	関東煮・白菜のおひたし・納豆・焼きししゃも	牛乳 青のりクッキー
10	水	牛乳 プチスナック	魚の生姜煮・切干大根の煮物・豆腐のみそ汁・パイン缶	牛乳 ヨーグルトスキムケーキ
11	木	牛乳 アンパンせんべい	すいとん・ツナサラダ・チキンナゲット・ひじきふりかけ	牛乳 昆布・こんがりサクサク
12	金	牛乳 動物ビスケット	チキンドリア・野菜たっぷりポトフ・もも缶	牛乳 ツナマヨトースト
13	土	牛乳 ビスケット	いなかうどん・青菜のごま酢和え・オレンジ	牛乳 ビスケット
15	月	牛乳 ホームパイ	豚肉のマーメレード炒め・ブロッコリーのゆかり和え・豆腐スープ・バナナ	牛乳 さつま団子
16	火	牛乳 シガーフライ	手作りがんもどき・五色和え・佃煮・えのきのすまし汁	牛乳 ジャムサンド
17	水	牛乳 バナナ	鮭の塩焼き・おからの炒り煮・かぼちゃのみそ汁・のりの佃煮	牛乳 チーズ蒸しパン
18	木	牛乳 味しらべ	八宝菜・チャブチェトマト・りんご	牛乳 小魚・エースコイン
19	金	牛乳 クラッカー	(お別れ会食)わかめご飯・鶏肉の竜田揚げ・ウインナー・焼きそば・ポテトサラダ ブロッコリーの塩ゆで(4.5歳 イチゴ) (3歳.3未 バナナ)	牛乳 ピーチケーキ
22	月	牛乳 星たべよ	五目汁・きやべつの酢の物・チキンナゲット・手作りふりかけ	牛乳 フルーツヨーグルト
23	火	牛乳 プチスナック	豚肉のしゃぶ・ほうれん草とコーンのサラダ・煮豆・麩のすまし汁	牛乳 メロンパン
24	水	牛乳 アンパンせんべい	(ハンバーグランチ)ハンバーグ・ブロッコリーの塩ゆで・人参グラッセ フライドポテト・オニオンスープ・パイン缶	牛乳 マシュマロクラッカーサンド
25	木	牛乳 動物ビスケット	炒り豆腐・磯和え・花しゅうまい・バナナ	牛乳 シュガーサンド
26	金	牛乳 マンナ	チキンカツカレー・海藻サラダ・オレンジ	牛乳 米粉のもちもちケーキ
27	土	卒 園 式		
29	月	牛乳 アンパンビスケット	厚揚げの和風あんかけ・野菜とひじきの和え物・大根のみそ汁・りんご(3未ゆかり御飯)	牛乳 パンケーキ
30	火	牛乳 シガーフライ	魚の南蛮漬け・豆腐のすまし汁・トマト・納豆	牛乳 磯の香おにぎり
31	水	牛乳 ホームパイ	ポークビーンズ・たまごサラダ・揚げぎょうざ・オレンジ	牛乳 おふラスク

★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食で対応しています。



給食だより

おひなまつり

3月3日は桃の節句、おひな祭りです。女の子の節句として定着していますが、無事に春を迎えられたことを喜び、健やかな日々が末永く続くことを願う日でもあります。旬の食材を使ってハレの日を楽しくお祝いしましょう。

旬の野菜 菜の花

健康や美容に欠かせないビタミンCが豊富で葉酸、カルシウム、鉄分などバランス良く含みます。つぼみの部分は花を咲かせる為の栄養が凝縮されています。購入する時はつぼみがしまっているものを選ぶとよいでしょう。