

令和5年3月 保育園・認定こども園給食予定献立表



| 曜日 | 日 | 午前おやつ (3歳未満児) | 食 | | 午後おやつ |
|----|------------------|------------------|----------------|------------------------------|--------------------------------------|
| | | | 主 菜 | 副 菜 | |
| 月 | 13 27 | せんべい お茶 | 鶏のみそからめ焼き | ほうれん草のお浸し 大根のスープ | 甘納豆の蒸しパン 牛乳100ml |
| 火 | 14 28 | ヨーグルト お茶 | レバーの甘辛煮 | 温野菜 (キャベツ・人参) 豆腐のみそ汁 | ジャムサンド 牛乳 (未満児 牛乳100ml) |
| 水 | 1 29 | ロールパン 牛乳 | 回鍋肉 | えのきのすまし汁 | ビスケット 牛乳 (未満児 ベイビービスケット) |
| 木 | 2 お楽しみ献立 | バナナ お茶 | ピザバーグ | スティック野菜 (大根・人参) 米粉マカロニスープ | ココアマフィン 牛乳100ml |
| | 16 30 | | さばの塩焼き | ひじきの煮物 心のみそ汁 | 16日：フルーツ杏仁 クラッカー 30日：もものゼリー クラッカー |
| 金 | 3 ひなまつり | クラッカー お茶 | 星のコロッケ | 菜の花サラダ かまぼこのすまし汁 | もものゼリー(黄桃入り) ひなあられ |
| | 17 食育の日 | | 揚げワンタン | 中華スープ | おやき(切干大根) お茶 |
| 土 | 4 18 | ビスケット 牛乳 | キャベツとウィンナーの炒め物 | 野菜たっぷりスープ | せんべい 牛乳 |
| 月 | 6 20 | せんべい お茶 | ツナのオープン焼き | ゆでブロッコリー ジャがいものみそ汁 | 焼きそば お茶 |
| 火 | 7 | ヨーグルト お茶 | カレー | 大根の酢の物 | フルーツ杏仁 クラッカー |
| 水 | 8 やさいの日 22 | ロールパン 牛乳/お茶 | 春野菜の炒めもの | けんちん汁 | 揚げせんべい 牛乳 |
| | 15 お別れ会 | | 鶏のからあげ | ポテトサラダ 春キャベツのスープ | キャロットケーキ お茶 |
| 木 | 9 23 | バナナ お茶 | 鮭のパン粉焼き | 白菜のごまあえ 凍り豆腐のみそ汁 | 卵の花クッキー 牛乳100ml |
| 金 | 10 24 | クラッカー お茶 | チリコンカン | わかめのすまし汁 | みそだれのうすやき 牛乳 (未満児 牛乳100ml) |
| | 31 | | ちくわの鶏みそ煮 | 野菜スープ | せんべい 紙パック麦茶 |
| 土 | 11 25 | ビスケット 牛乳 | 肉じゃが | チンゲンサイとコーンのスープ | 甘辛せんべい 牛乳 |

1年間の振り返り ~どんなことが み(身・実・見) についたかな~

1年間を通して食にまつわる様々な活動をしてきました。どんなことが身につきましたか？

§ どんな食べ物が食べられるようになったかな？

§ 1年間でのどのくらい成長したかな？ (実についたかな)

§ 給食に使われる食材を見て、触って、たくさん知ることができたかな？

§ 食事のマナーを覚えて楽しく食事ができたかな？

| | 3歳以上児 (幼稚園児) | | 3歳未満児 | |
|---------------|-----------------|----------------|-------|----------|
| | 3月分 | 給与 目標 | 3月分 | 給与 目標 |
| 熱量 (kcal) | 373 (198) | 410 (210) | 509 | 500 |
| たんぱく質 (g) | 18.7 (13.6) | 19.0 (11.8) | 19.3 | 18.8 |
| 脂質 (g) | 17.0 (10.3) | 16.2 (10.6) | 15.3 | 13.9 |
| カルシウム (mg) | 233 (91) | 230 (100) | 214 | 210 |
| 食塩 (g) | 1.8 (1.4) | 1.6 (1.2) | 1.5 | 1.5 |