令和6年3月

予　定　献　立　表

榛東南部こども園

日付	10時おやつ	献立	3時おやつ	材料名（◎は10時おやつ ○は午後おやつ） 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー 塩分 ( )は未満児
1 金	麦茶 たまごボーロ	ご飯、マーボー豆腐、じゃこサラダ、中華スープ、グレープフルーツ	牛乳・ミルク ごまトースト	米、○食パン、○マヨネーズ、砂糖、ごま油、片栗粉、油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、いわし、米みそ、○脱脂粉乳	グレープフルーツ、キャベツ、こまつな、えのきたけ、にんじん、きゅうり、ねぎ、たまねぎ、にら、○ごま、ごま、しょうが、にんにく	552.2(535.2) 2.8(2.4)
2 土		簡易給食					
4 月	麦茶 せんべい	ちらし寿司、エビフライ・タルタルソース、ブロッコリーの酢醤油和え、すまし汁、ひなまつりゼリー **【ひな祭りメニュー】**	牛乳・ミルク 桜餅	米、マヨネーズ、砂糖	○牛乳、卵、錦糸玉子、でんぶ、かまぼこ、かつお節、○脱脂粉乳、えび	ブロッコリー、ほうれんそう、にんじん、さやえんどう、たまねぎ、かんぴょう、レモン果汁	572.4(515.0) 4.0(3.5)
5 火	麦茶 バナナ	ご飯、かじきの揚げおろし、彩り和え、大根と油揚げの味噌汁、オレンジ	牛乳・ミルク ビスコ	米、片栗粉、砂糖、米ぬか油、ごま油	○牛乳、かじき、錦糸玉子、米みそ、油揚げ、○脱脂粉乳	だいこん、オレンジ、もやし、きゅうり、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、しょうが、◎バナナ	552.8(481.2) 2.2(2.0)
6 水	麦茶 蒸かし芋	塩ラーメン、野菜炒め、餃子、アセロラゼリー **【南部、中央リクエストメニュー】**	野菜ジュース ヨーグルトパン	ゆで中華めん、○強力粉、○砂糖、○油、油、◎さつまいも	○ヨーグルト、豚肉	キャベツ、もやし、にんじん、コーン、黒きくらげ	774.8(634.4) 2.7(1.9)
7 木	麦茶 ももヨーグルト	食パン、ハンバーグ、スパゲティーサラダ、コーンスープ、グレープフルーツ	牛乳・ミルク おにぎり	○米、サラダ用スパゲティ、マヨネーズ	○牛乳、ハム、○脱脂粉乳、◎ヨーグルト	グレープフルーツ、コーン、にんじん、きゅうり、○焼きのり、パセリ、◎もも缶	626.1(576.9) 2.5(2.5)
8 金	麦茶 スティックパン	ご飯、ニラ納豆、かみかみサラダ、キャベツとえのきの味噌汁、オレンジ	牛乳・ミルク 米粉のカップケーキ	米、油、砂糖、ごま油、◎スティックパン	○牛乳、挽きわり納豆、鶏ひき肉、米みそ、いか、いわし、○脱脂粉乳	キャベツ、オレンジ、だいこん、えのきたけ、にら、きゅうり、にんじん、ごま	459.0(435.3) 1.7(1.7)
9 土	麦茶 せんべい	サンドイッチ（卵・きゅうり）、サンドイッチ（ジャム）、牛乳、バナナ		食パン、マヨネーズ、バター	牛乳、卵	バナナ、きゅうり、いちごジャム	
11 月	麦茶 クラッカー	カレーライス、なばなのおかか和え、オレンジ、牛乳・ミルク	フローズンゼリー	米、じゃがいも、油	牛乳、豚肉、かつお節、脱脂粉乳	○もも果汁、たまねぎ、オレンジ、こまつな、にんじん、もやし、なばな、りんご	451.5(398.6) 1.8(1.7)
12 火	麦茶 スティック大根	食パン、コーンクリームグラタン、ツナサラダ、春雨スープ、ぶどうゼリー **【中央リクエストメニュー】**	オレンジジュース ざくざくクッキー	○小麦粉、○コーンフレーク、マカロニ、○バター、○砂糖、はるさめ、油、◎砂糖	生クリーム、ツナ油漬缶、○卵、○牛乳、ベーコン、粉チーズ	○オレンジ飲料、クリームコーン缶、キャベツ、こまつな、たまねぎ、コーン、にんじん、きゅうり、マッシュルーム缶、カットわかめ、パセリ、◎だいこん	633.2(524.6) 2.5(2.1)
13 水	麦茶 ミニカニパン	うどん、春の彩りかき揚げ、ゆでたまご、やくみ、オレンジ	牛乳・ミルク さつまいも	○さつまいも、小麦粉、米ぬか油	○牛乳、ゆで卵、かつお節、○脱脂粉乳	オレンジ、ほうれんそう、れんこん、たまねぎ、せり、コーン、にんじん、ねぎ、干ししいたけ	557.0(440.9) 2.1(1.8)
14 木	麦茶 せんべい	**なかよし遠足**	リンゴジュース ワッフル				
15 金	麦茶 せんべい	ご飯、マグロの五色揚げ、にしき和え、麩とわかめの味噌汁、日向夏ゼリー **【南部リクエストメニュー】**	ジョア 豆腐団子	米、さつまいも、○白玉粉、片栗粉、米ぬか油、砂糖、はるさめ、焼ふ、○砂糖、ごま油	かじき、○木綿豆腐、錦糸玉子、ゆで大豆、米みそ、○きな粉、ジョア	にんじん、ほうれんそう、きゅうり、もやし、グリンピース、カットわかめ	670.2(590.2) 2.6(2.3)
16 土	麦茶 せんべい	カレーライス、牛乳、バナナ		米、じゃがいも、油	牛乳、豚肉	バナナ、たまねぎ、にんじん	
18 月	麦茶 さといもボール	ご飯、人参たらこ、厚揚げと豚肉のみそ炒め、きのこ汁、グレープフルーツ	牛乳・ミルク ビスケット	米、◎さといも、じゃがいも、砂糖、油、◎砂糖	○牛乳、生揚げ、豚肉、たらこ、米みそ、○脱脂粉乳	グレープフルーツ、にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、たけのこ、えのきたけ、干ししいたけ、しょうが	534.3(467.3) 2.6(2.4)
19 火	麦茶 ビスコ	インディアンスパゲティー、れんこんサラダ、ポパイ汁、オレンジ	ヨーグルト和え	スパゲティ、マヨネーズ、油	○ヨーグルト、ベーコン、ウインナーソーセージ	オレンジ○バナナ、たまねぎ、れんこん、ほうれんそう、○パイン缶、○みかん缶、○もも缶、○りんご、きゅうり、にんじん、だいこん、ピーマン、にんじん、レタス、ごま、にんにく	638.0(591.8) 2.7(2.3)
21 木	麦茶 せんべい	食パン、かぼちゃコロッケ、ごぼうサラダ、ABCスープ、みかんゼリー **【誕生会メニュー】**	牛乳・ミルク ショートケーキ (未)米粉のドーナツ	マヨネーズ、マカロニ	○牛乳、ウインナーソーセージ、ちくわ、○脱脂粉乳、豚挽肉	きゅうり、たまねぎ、ごぼう、キャベツ、にんじん、コーン、ごま、かぼちゃ	636.6(417.9) 2.1(2.0)
22 金	麦茶 ビスケット	ハヤシライス、ポテコサラダ、グレープフルーツ、牛乳・ミルク	麦茶 アメリカンドッグ	米、じゃがいも、油、砂糖	○牛乳、牛肉、○脱脂粉乳	グレープフルーツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン、マッシュルーム缶、トマト缶、トマトピューレ、グリンピース、にんにく	592.6(532.2) 2.5(2.3)
23 土	麦茶 せんべい	サンドイッチ（卵・ハム）、サンドイッチ（ジャム）、牛乳、バナナ		食パン、マヨネーズ、バター	牛乳、卵、ハム	バナナ、きゅうり、いちごジャム	
25 月	麦茶 スティック人参	ご飯、さばのみそ煮、小松菜と卵の甘酢和え、玉ねぎと油揚げの味噌汁、オレンジ	牛乳・ミルク バナナ	米、砂糖、◎砂糖	○牛乳、さば、米みそ、油揚げ、しらす干し、○脱脂粉乳	○バナナ、こまつな、オレンジ、たまねぎ、◎にんじん	544.2(483.3) 2.1(2.1)
26 火	麦茶 チーズ、クラッカー	食パン、ジャガイモと鶏肉のトマト煮、春雨サラダ、もやしスープ、グレープフルーツ	牛乳・ミルク せんべい	じゃがいも、米ぬか油、はるさめ、砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉、ハム、○脱脂粉乳、◎プロセスチーズ	グレープフルーツ、もやし、にんじん、キャベツ、みかん缶、ブロッコリー、トマト缶、きゅうり、マッシュルーム缶、ヤングコーン、カットわかめ	444.3(477.9) 2.4(2.7)
27 水	麦茶 プチダノン	赤飯、焼き魚、切り干し大根の煮物、すまし汁、いちご **【卒園お祝いメニュー】**	牛乳・ミルク ロールケーキ	もち米、砂糖、油、焼麩	プチダノン、銀ざけ、かにかまぼこ、油揚げ、ささげ	イチゴ、ほうれん草、人参、切り干し大根、干し椎茸、ごま	400.6（352） 2.1（1.7）
28 木	麦茶 せんべい	バターロール、焼きそば、しゅうまい、わかめスープ、フレッシュナップル		焼きそばめん、ロールパン、油、ごま油	○牛乳、豚肉、あさり水煮缶、○脱脂粉乳	キャベツ、もやし、こまつな、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ごま、わかめ、干ししいたけ、あおのり、パイナップル	553.7(499.7) 3.4(3.0)
29 金		卒園式					
30 土	麦茶 せんべい	カレーライス、牛乳、バナナ		米、じゃがいも、油	牛乳、豚肉	バナナ、たまねぎ、にんじん	
※献立は都合により変更する場合があります。						月平均	547(494) 2.2(2.0)

3

ひな祭り

3月3日は「桃の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願い、雛人形や雛あられ、菱餅などを供えます。
菱餅…ひし形の餅を、赤は桃の花（健康を願う）・白は雪（長寿を願う）・緑は若葉（厄除け）と三段重ねて飾ります。

《1年間の給食を振り返りましょう》

・手洗いを忘れずにできましたか
・好き嫌いなく食べられましたか
・良い姿勢で食べることができましたか
・友達と楽しく食べられましたか

・食事のあいさつを忘れずにできましたか
・後片付けがきちんとできましたか
・箸を正しく使えましたか
・残さず食べることができましたか