

3月



3月こんだてひょう



汐江ふたば保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	ごはん 鶏のから揚げ こまつなとにんじんの白和え みそ汁(さといも・玉ねぎ)	ひなまつりごはん 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとにんじんの塩昆布和え みそ汁(しめじ・麩)	食パン バーベキューポーク はくさいとにんじんのフレンチサラダ 豆乳ポターージュ(さつまいも・ベーコン)	ごはん さわらの味噌漬け焼き ひじきと油揚げの煮物 すまし汁(玉ねぎ・チンゲン菜)	ナポリタン 青のりポテト コンソメスープ(えのき・ほうれん草) バナナ	生揚げのそぼろ丼 かぼちゃとツナのマヨドレサラダ みそ汁(玉ねぎ・だいこん)
午後おやつ	牛乳 マカロニきなこ	カルピス いちごケーキ	牛乳 しらす納豆チャーハン	牛乳 お好み焼き	牛乳 小魚きつねごはん	牛乳 豆乳ヨーグルト
カロリー	487 kcal	515 kcal	499 kcal	498 kcal	527 kcal	476 kcal
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	ごはん 豚とえのきのうま塩炒め チンゲン菜と切干の和え物 中華スープ(かぶ・わかめ)	チキンカレー キャベツと赤パプリカのサラダ コンソメスープ(こまつな・ハム)	ごはん ぶり大根 ほうれん草とにんじんの納豆和え みそ汁(しめじ・玉ねぎ)	肉うどん ちくわの磯辺焼き かぼちゃの甘煮	わかめごはん さばの竜田揚げ さつまいもとブロッコリーのサラダ みそ汁(切干・にんじん)	豚のスタミナ丼 カレー粉ふき芋 みそ汁(はくさい・油揚げ)
午後おやつ	牛乳 マスカットゼリー	牛乳 肉まん	牛乳 コーンツナマヨドレトースト いちご	牛乳 カレーピラフ(にんじん)	牛乳 黒糖ケーキ	牛乳 バナナ
カロリー	403 kcal	511 kcal	521 kcal	537 kcal	550 kcal	426 kcal
日付	16日(誕生日会)	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	ごはん 鶏のから揚げ こまつなとにんじんの白和え みそ汁(さといも・玉ねぎ)	キャベツの豚そぼろ丼 さといものごま和え みそ汁(豆腐・なめこ)	食パン バーベキューポーク はくさいとにんじんのフレンチサラダ 豆乳ポターージュ(さつまいも・ベーコン)	ごはん さわらの味噌漬け焼き ひじきと油揚げの煮物 すまし汁(玉ねぎ・チンゲン菜)	春分の日	生揚げのそぼろ丼 かぼちゃとツナのマヨドレサラダ みそ汁(玉ねぎ・だいこん)
午後おやつ	牛乳 豆乳チーズホットケーキ	牛乳 マカロニきなこ	牛乳 しらす納豆チャーハン	牛乳 お好み焼き		牛乳 豆乳ヨーグルト
カロリー	479 kcal	501 kcal	499 kcal	498 kcal		476 kcal
日付	23日	24日	25日	26日(お別れ会)	27日	28日
昼食	ごはん 豚とえのきのうま塩炒め チンゲン菜と切干の和え物 中華スープ(かぶ・わかめ)	チキンカレー キャベツと赤パプリカのサラダ コンソメスープ(こまつな・ハム)	ごはん ぶり大根 ほうれん草とにんじんの納豆和え みそ汁(しめじ・玉ねぎ)	ごはん さばの竜田揚げ さつまいもとブロッコリーのサラダ みそ汁(切干・にんじん) いちご	肉うどん ちくわの磯辺焼き かぼちゃの甘煮	卒園式
午後おやつ	牛乳 マスカットゼリー	牛乳 肉まん	牛乳 コーンツナマヨドレトースト オレンジ	牛乳 パイナップル豆乳寒天	牛乳 カレーピラフ(にんじん)	
カロリー	403 kcal	511 kcal	519 kcal	486 kcal	537 kcal	
日付	30日	31日				
昼食	ごはん さわらの味噌漬け焼き ひじきと油揚げの煮物 すまし汁(玉ねぎ・チンゲン菜)	キャベツの豚そぼろ丼 さといものごま和え みそ汁(豆腐・なめこ)				
午後おやつ	牛乳 マカロニきなこ	牛乳 豆乳チーズホットケーキ				
カロリー	481 kcal	493 kcal				