



# 3月 給食だより

認定こども園つばめ・チェリー保育園

月	火	水	木	金	土
					1 ごはん マーボ豆腐 マカロニサラダ ヨーグルト  ムーンライト 牛乳
3 ちらし寿司 大根とかにしくれのマヨサラダ 青りんごゼリー  黒糖蒸しパン りんごジュース	4 ごはん 牛肉コロッケ 切干大根の和風サラダ オレンジ  バナナかすてら 牛乳	5 ごはん 鶏肉と大根の煮物 ほうれん草のごま和え バナナ  ピザトースト 牛乳	6 ごはん カレイの竜田揚げ 添え・枝豆 野菜たっぷり味噌汁 オレンジ 雪の宿 牛乳	7 ごはん ポークビーンズ キャベツとハムの中華サラダ バナナ  パンプディング 牛乳	8 愛情弁当  ビスコ 牛乳
10 ごはん 肉じゃが キャベツとコーンの和風サラダ オレンジ  ぼたぼた焼き 牛乳	11 ロールパン 焼きそば 大根とツナのサラダ バナナ  りんごゼリー 牛乳	12 ごはん 白身魚のフライ 添え・フロccoliー 豆腐とわかめの味噌汁 オレンジ バームクーヘン 牛乳	13 ごはん 炒り豆腐 ほうれん草とコーンのサラダ バナナ  マカロニきなこ 牛乳	14 鶏そぼろ丼 春雨のあっさりサラダ オレンジ  ココア蒸しパン りんごジュース	15 ハヤシライス もやしとハムのサラダ バナナ  <卒園式> チョコスクッキー 牛乳
17 ごはん 鶏肉のからあげ 大根としらすのサラダ バナナ  いちごジャムサンド 牛乳	18 ゆかりごはん 肉うどん ほうれん草のおかか和え ぶどうゼリー  ロアンヌ 牛乳	19 カレーライス もやしのごまサラダ オレンジ  きなこ蒸しパン りんごジュース	20 春分の日	21 ごはん 豚肉のしょうが炒め スパゲティサラダ バナナ  フライドポテト 牛乳	22 愛情弁当  ハーベスト 牛乳
24 ふりかけごはん トンカツ 大豆とひじきの煮物 オレンジ  まがりせんべい 牛乳	25 ごはん さわらのみそ漬け焼き 添え・枝豆 具沢山わかめスープ バナナ マカロニきなこ 牛乳	26 中華丼 ビーフンサラダ オレンジ  いちごジャム蒸しパン りんごジュース	27 炊き込みご飯 大根と厚揚げのそぼろ煮 ほうれん草としらすのサラダ バナナ  お好み焼き 牛乳	28 ロールパン ミートスパゲティ キャベツとツナの和風サラダ オレンジ  黒棒 牛乳	29 愛情弁当  <入園式> マリービスケット 牛乳
31 ごはん 豚肉とごぼうのみそ炒め 春雨の中華サラダ バナナ  おにぎりせんべい 牛乳				エネルギー：547kcal たんぱく質：18.6g	