



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
2 ごはん 牛肉コロッケ 大根としらすのサラダ バナナ 黒梅 牛乳	3 ちらし寿司 キャベツとコーンのサラダ 青リンゴゼリー ココア蒸しパン りんごジュース	4 ごはん 豚肉と野菜のごまみそ煮 春雨のあっさりサラダ オレンジ パウムクーヘン 牛乳	5 ごはん 白身魚のごまフライ 添え・プロッコリー 大豆とひじきの煮物 バナナ (年少・乳児：春の遠足) マカロニきなこ 牛乳	6 ロールパン ミートソーススパゲティ キャベツとツナのサラダ オレンジ りんごジャムサンド 牛乳	7 ごはん 大根と厚揚げのそぼろ煮 枝豆サラダ バナナ ビスコ 牛乳
9 ふりかけごはん 肉じゃが ほうれん草のごま和え オレンジ バナナカステラ 牛乳	10 ロールパン 焼きそば 大根とかにしぐれのサラダ バナナ おにぎりせんべい 牛乳	11 ごはん 筑前煮 春雨とハムのサラダ オレンジ いちごジャム蒸しパン りんごジュース	12 ごはん 黄金カレーの竜田揚げ 添え・枝豆 けんちん汁 ぶどうゼリー まがりせんべい 牛乳	13 中華丼 マカロニサラダ バナナ フライドポテト 牛乳	14 卒園式 マリービスケット 牛乳
16 ごはん 鶏肉のからあげ もやしのごまサラダ バナナ きなこ蒸しパン りんごジュース	17 ゆかりごはん 肉うどん ほうれん草としらすのサラダ オレンジゼリー (年長：お別れ遠足) 雪の盾 牛乳	18 ごはん 鶏肉とごぼうの煮物 春雨の中華サラダ バナナ フルーツムース 牛乳	19 カレーライス キャベツとハムのマヨサラダ オレンジ パンプティング 牛乳	20 春分の日	21 ごはん ポークビーンズ 大根とツナのサラダ バナナ ムーンライト 牛乳
23 ごはん とんかつ 大豆と昆布の煮物 オレンジ いちごジャムサンド 牛乳	24 ごはん さわらの味噌漬け焼き 添え・枝豆 わかめと野菜のスープ バナナ マカロニきなこ 牛乳	25 ごはん 豚肉と厚揚げのチャンプルー ほうれん草とコーンのサラダ ぶどうゼリー ぼりんこ 牛乳	26 ごはん 鶏肉と大根の煮物 スパゲティサラダ バナナ ぼたぼた焼き 牛乳	27 ハヤシライス きゅうりとハムのサラダ オレンジ 黒糖蒸しパン りんごジュース	28 入园式・進級式 チョコスッキー 牛乳
30 ごはん 豚肉のしょうが炒め ポテトサラダ バナナ ロアンヌ 牛乳	31 ごはん 麻婆豆腐 大根ときゅうりのごまサラダ オレンジ さつまいも蒸しパン りんごジュース				エネルギー：502kcal たんぱく質：16.5g