



3月の献立			午後のおやつ
1	月	ごはん・焼肉・ポパイサラダ・スープ・フルーツ	黒ゴマプリン・麦茶
2	火	ごはん・煮魚・野菜のごま和え・みそ汁・ヨーグルト	パンプキンパイ・牛乳
3	水	おいなりさん・からあげ・シーフードサラダ・すまし汁・プリン	お菓子・カルピス
4	木	わかめごはん・肉じゃが・即席漬け・みそ汁・フルーツ	揚げだんご・牛乳
5	金	チキンカレーライス・たまごサラダ・スープ・フルーツ	お菓子・牛乳
6	土	肉うどん・粉ふき芋・フルーツ	お菓子・牛乳
7	日		
8	月	ごはん・鱈の西京焼き・春雨のきんぴら・すまし汁・ゼリー	ヨーグルトムース・麦茶
9	火	ごはん・鶏肉の照りマヨ焼き・切り干し大根のサラダ・みそ汁・フルーツ	お菓子・牛乳
10	水	ピザトースト・ポテトサラダ・スープ・フルーツ	鮭おにぎり・麦茶
11	木	ふりかけごはん・ちくわと小松菜の納豆オムレツ・ごぼうサラダ・みそ汁・フルーツ	フライド大根・麦茶
12	金	ごはん・ハンバーグ・キャベツのサラダ・コーンスープ・フルーツ	お菓子・牛乳
13	土	卒園式	
14	日		
15	月	ごはん・鮭のコーンマヨ焼き・キャベツとしらすのおかか和え・みそ汁・ゼリー	レモンシュガートースト・牛乳
16	火	ごはん・鶏肉のさっぱり煮・いそあえ・みそ汁・フルーツ	ココアケーキ・牛乳
17	水	ミートソーススパゲッティ・ブロッコリーのサラダ・スープ・フルーツ	えだチーおにぎり・麦茶
18	木	ごはん・肉豆腐・ゆかり和え・みそ汁・フルーツ	野菜ポッキー・牛乳
19	金	オムライス・コールスローサラダ・スープ・フルーツ	お菓子・牛乳
20	土	春分の日	
21	日		
22	月	ごはん・カレーのムニエル・ひじき煮・みそ汁・ヨーグルト	オレンジゼリー・麦茶
23	火	とうもろこしごはん・鶏肉の塩麴焼き・筑前煮・みそ汁・フルーツ	和風蒸しパン・牛乳
24	水	メロンパン・グラタン・温野菜・スープ・ゼリー	フルーチェ・麦茶
25	木	スタミナ納豆ごはん・五目きんぴら・いものこ汁・フルーツ	米粉クッキー・牛乳
26	金	えびピラフ・シュウマイ・チンゲン菜の和え物・スープ・フルーツ	お菓子・牛乳
27	土	わかめうどん・ナムル・フルーツ	お菓子・牛乳
28	日		
29	月	ごはん・鮭のカレー風味・なめたけ和え・みそ汁・ゼリー	みそたんぽ・麦茶
30	火	ソースかつ丼・ブロッコリーといものサラダ・スープ・フルーツ	豆腐のえび風味焼き・麦茶
31	水	みそラーメン・しらすとわかめのかりかりサラダ・ヨーグルト	フルーツサンド・牛乳

