

# 3月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
1		2		3	ひなまつり	4		5		6		7	
		玄米ご飯 秋鮭のパン粉焼き ごま和え 豆腐のみそ汁  347kcal (3-4歳) 260kcal (1-1歳)		玄米ご飯(ひなちらし) 新じゃがの甘辛煮 なめこのみそ汁 オレンジ  408kcal (3-5歳) 306kcal (1-2歳)		玄米ご飯 鶏肉と根菜の煮物 ナムル 白菜のみそ汁  380kcal (3-6歳) 285kcal (1-3歳)		玄米ご飯 カレーうどん 竹輪の磯辺揚げ トマトサラダ ヨーグルト  387kcal (3-7歳) 290kcal (1-4歳)		玄米ご飯 しゃきしゃきメンチ 大根のおかか和え かぼちゃのみそ汁 りんご  411kcal (3-8歳) 308kcal (1-5歳)			
8		9		10		11		12		13		14	
		玄米ご飯 鶏肉の生姜焼き スパゲッティサラダ かぶのみそ汁  430kcal (3-4歳) 323kcal (1-1歳)		玄米ご飯 ドライカレー かぼちゃのサラダ 白菜のスープ りんご  406kcal (3-5歳) 305kcal (1-2歳)		玄米ご飯 赤魚の菜種焼き 厚揚げの煮浸し なめこのみそ汁 オレンジ  400kcal (3-6歳) 300kcal (1-3歳)		玄米ご飯 やきうどん 大学芋 たまごスープ グレープフルーツ  373kcal (3-5歳) 280kcal (1-2歳)		玄米ご飯 豆腐のふわふわナゲット かぼちゃの甘煮 インゲンのみそ汁  408kcal (3-5歳) 306kcal (1-2歳)			
15		16		17	イベント	18		19		20		21	
		玄米ご飯 秋鮭のパン粉焼き ごま和え 豆腐のみそ汁  347kcal (3-4歳) 260kcal (1-1歳)		玄米ご飯(うさぎちゃんライス) スクランブルエッグ 玉ねぎのスープ オレンジ  379kcal (3-5歳) 284kcal (1-2歳)		玄米ご飯 鶏肉と根菜の煮物 ナムル 白菜のみそ汁  380kcal (3-6歳) 285kcal (1-3歳)		玄米ご飯 カレーうどん 竹輪の磯辺揚げ トマトサラダ ヨーグルト  387kcal (3-7歳) 290kcal (1-4歳)		玄米ご飯 春キャベツのハンバーグ 大根のおかか和え かぼちゃのみそ汁 りんご  392kcal (3-8歳) 294kcal (1-5歳)			
22		23		24		25		26		27		28	
		玄米ご飯 鶏肉の生姜焼き スパゲッティサラダ かぶのみそ汁  430kcal (3-4歳) 323kcal (1-1歳)		玄米ご飯 ドライカレー かぼちゃのサラダ 白菜のスープ りんご  406kcal (3-5歳) 305kcal (1-2歳)		玄米ご飯 赤魚の菜種焼き 厚揚げの煮浸し なめこのみそ汁 オレンジ  400kcal (3-6歳) 300kcal (1-3歳)		玄米ご飯 やきうどん 大学芋 たまごスープ グレープフルーツ  373kcal (3-5歳) 280kcal (1-2歳)		玄米ご飯 豆腐のふわふわナゲット かぼちゃの甘煮 インゲンのみそ汁  408kcal (3-5歳) 306kcal (1-2歳)			
29		30		31									
		玄米ご飯 秋鮭のパン粉焼き ごま和え 豆腐のみそ汁  347kcal (3-4歳) 260kcal (1-1歳)		玄米ご飯 スクランブルエッグ 新じゃがの甘辛煮 なめこのみそ汁 オレンジ  426kcal (3-5歳) 320kcal (1-2歳)									

★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。