



幼児クラス

R7・3月

| 日曜   | 昼食      |                             | 3 時  |           |
|------|---------|-----------------------------|------|-----------|
|      | 主食      | 副食                          | のみもの | おやつ       |
| 1 土  |         | 米粉おやつ・牛乳                    |      |           |
| 3 月  | 混ぜごはん   | ちらし寿司・魚の西京焼き・すまし汁・雛あられ      | 麦茶   | いちご豆乳ゼリー  |
| 4 火  | 雑穀ごはん   | チキンのトマトソースがけ・ブロッコリー・みそ汁     | 牛乳   | バナナ       |
| 5 水  | もちきびごはん | さばの塩焼き・五目煮・ブロッコリー・豆腐のみそ汁    | 麦茶   | チキンナゲット   |
| 6 木  | お別れ遠足   |                             |      |           |
| 7 金  | 七分づきごはん | クリームチャウダー・切り干し大根の炒り煮・ブロッコリー | 牛乳   | 甘酒ブレッド    |
| 8 土  |         | 米粉おやつ・牛乳                    |      |           |
| 10 月 | わかめごはん  | しゅうまい・もやしとささみの和え物・中華スープ     | 麦茶   | 焼さばおにぎり   |
| 11 火 | 雑穀ごはん   | レバートマト煮・ブロッコリーサラダ・ホワイトスープ   | 牛乳   | あんまんじゅう   |
| 12 水 | 麦ごはん    | 鶏肉の香味焼き・ポテトチーズ・焼にんじん・みそ汁    | 麦茶   | せんべい      |
| 13 木 | もちきびごはん | 厚焼き玉子・納豆あえ・里芋団子・野菜の味噌汁      | 麦茶   | 山菜ごはん     |
| 14 金 | 七分づきごはん | 魚の麹焼き・高野豆腐の含め煮・りんご・みそ汁      | 牛乳   | ♡なクッキー    |
| 15 土 |         | 米粉おやつ・牛乳                    |      |           |
| 17 月 | わかめごはん  | だんご汁・いりこの田作り・ほうれん草の和え物      | 麦茶   | 枝豆昆布おにぎり  |
| 18 火 | 雑穀ごはん   | 魚の揚げ煮・里芋のにっころがし・ブロッコリー・みそ汁  | 麦茶   | みたらし豆腐だんご |
| 19 水 | カレーピラフ  | 誕生食(レバーハンバーグ・サラダ・スープ・果物)    | 牛乳   | おからケーキ    |
| 20 木 | 春分の日    |                             |      |           |
| 21 金 | もちきびごはん | いそ辺揚げ・キャベツ・トマト・じゃがいものみそ汁    | 麦茶   | お彼岸おはぎ    |
| 22 土 | 卒 園 式   |                             |      |           |
| 24 月 | わかめごはん  | 豆腐ハンバーグ・ポテトサラダ・きのこのみそ汁      | 麦茶   | 納豆焼き      |
| 25 火 | 雑穀ごはん   | 魚のムニエル・納豆とほうれん草の和え物・きのこのみそ汁 | 牛乳   | 米粉蒸しパン    |
| 26 水 | 麦ごはん    | 豚汁・納豆・もやしの和えも・みかん           | 麦茶   | ひじきごはん    |
| 27 木 | もちきびごはん | カレーコロッケ・キャベツサラダ・りんご・コーンスープ  | 牛乳   | バナナ       |
| 28 金 | 七分づきごはん | 鶏肉のマヨ焼き・甘辛からいも・焼にんじん・呉汁     | 牛乳   | きつねだんご    |
| 29 土 |         | 米粉のおやつ・牛乳                   |      |           |
| 31 月 | わかめごはん  | たいぴーえん・松風焼き・ブロッコリーサラダ       | 牛乳   | 米粉パンケーキ   |

★今月の行事食★

- ・ 1日      ちらし寿司(ひなまつり)
- ・ 14日    クッキー作り(ホワイトDAY)  
(年長さん)
- ・ 21日    おはぎ(お彼岸)