



3月の予定献立表

2023年3月1日
王子町保育園

月	火	水	木	金	土		
～予定献立についてのお知らせ～		1	2	3	4		
食材の入荷の都合などにより、献立を変更することがありますのでご了承ください。		朝おやつ 魚のホイル蒸し 切り昆布の当座煮 果物 さつま芋マフィン	朝おやつ 凍り豆腐のオランダ煮 青菜のカラフル和え 果物 カルシウムかりんとう	ひな祭り メニュー 	朝おやつ ミックスサンド コンソメスープ フルーツヨーグルト		
		6	7	8	9	10	11
		朝おやつ 魚のおろし煮 野菜と豚肉のチャブチエ 焼き南瓜 ポテトおやき	朝おやつ イタリアンスープ 野菜のオーロラ和え ブロッコリー 豆乳もち	朝おやつ 大豆入りひじきの油炒め ポテトサラダ 果物 塩昆布おにぎり	朝おやつ キッシュ風卵焼き 小松菜としめじのソテー 人参の甘煮 果物 黒ゴマクッキー	朝おやつ 肉じゃが キャベツと竹輪の セサミソース 果物 あんまん	朝おやつ ほうれん草スパゲティ ゆで卵 果物 みかんゼリー
13	14	15	16	17	18		
朝おやつ 白菜と肉団子のスープ 大豆入り煮昆布 果物 米粉ココアマフィン	朝おやつ 豆腐のミートグラタン ブロッコリーのホットサラダ 果物 みたらし団子	朝おやつ にら豚 ひじきの華風和え 果物 バイクドポテト	朝おやつ 魚の香草パン粉焼き 納豆とささみのおろし和え 人参の甘煮 けんちんうどん	朝おやつ ゴロゴロ野菜の卵焼き キャベツのツナ和え 果物 焼きカレーパン	朝おやつ お好み焼き 果物 変わりぼたもち		
20	21	22	23	24	25		
朝おやつ 魚のコーンクリーム焼き ほうれん草のナムル 焼き南瓜 タコ焼き風おにぎり	春分の日 	朝おやつ 厚揚げ麻婆 野菜のゴマ和え 果物 バナナケーキ	朝おやつ 巣ごもり卵 切干大根の煮つけ 果物 ネギ焼き	誕生日会 & お別れ会 	卒園式 		
27	28	29	30	31			
朝おやつ ちび玉カレー コーンサラダ 果物 ヨーグルトムース	朝おやつ かにたま ブロッコリーのツナ和え 果物 チーズビスケット	朝おやつ チリコンカン風 ゴマジャコサラダ 果物 お麩の黒糖がらめ	朝おやつ レバーの甘味噌炒め インディアンサラダ 果物 大根もち	朝おやつ チーズ入り魚バーグ variety きんぴら 果物 メロンパントースト	9時のおやつ 献立 3時のおやつ		

いちごはビタミンと繊維がたっぷり!

いちごは、なんといってもビタミンCが多い果物。甘くて手軽につまめるので、子どもたちにも大人気ですね。いちごは主に生食で利用されるので、ビタミンCの損失が少ないことも魅力です。また、血管、皮膚、粘膜を丈夫にして、免疫力を高めるのにも役立ちます。さらに、食物繊維が豊富なので便秘がちなときにも大いに食べたいですね。



2月誕生日会



節分



早いもので今年度も残り1か月となりました。子ども達がの成長にいつも喜びを感じています。今月は、子ども達の好きそうなメニューを沢山作ります！沢山食べてもらえるといいな♪