



# 3月のこんだてひょう



宮古保育園  
R08・2・25

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	2 ヨーグルト	3 小松菜せん 麦茶	4 ホットケーキ 麦茶	5 お焼き 麦茶	6 わかめせん 麦茶	7 クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん 南瓜グラタン カラフルサラダ スープ 果物	おたんじょうかい	麦ごはん つくねハンバーグ 南瓜サラダ みそ汁 果物	麦ごはん さわらのカレー風焼き サラスパサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 八宝菜 卵焼き みそ汁 果物	焼きそば サラダ 牛乳 果物
午後	シュガーラスク 牛乳	雛クッキー 牛乳	Caせんべい 牛乳	ピザトースト 牛乳	丸ごとバナナ 牛乳	
午前	9 ウエハース 麦茶	10 芋もち 麦茶	11 えびせん 麦茶	12 蒸しパン 麦茶	13 クラッカー 麦茶	14 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん 高野豆腐の肉詰め 鶏ささみサラダ みそ汁 果物	おにぎり～おにぎりの日～ ししゃものゴマ揚げ さつま芋サラダ みそ汁 果物	麦ごはん 餃子 春雨サラダ わかめスープ 果物	麦ごはん コロック 小松菜のツナサラダ みそ汁 果物	麦ごはん すき焼き風煮 ブロッコリーのジャコ和え みそ汁 果物	チャーハン サラダ 牛乳 果物
午後	クッキー 牛乳	カップケーキ 牛乳	野菜もち 牛乳	焼きそば 牛乳	フルーツヨーグルト	
午前	16 くだもの	17 卒園式	18 マフィン 麦茶	19 ビスケット 麦茶	20 春分の日	21 ウエハース 麦茶
昼食	麦ごはん 松風焼き なめ苺和え みそ汁 果物	卒園式	麦ごはん 鯖と人参の煮物 トマトの酢味噌和え みぞれ汁 果物	パン～パンの日～ チーズオムレツ ひじきサラダ スープ 果物	春分の日	焼肉丼 サラダ 牛乳 果物
午後			しょうゆ団子 牛乳	大学芋 牛乳		
午前	23 ヨーグルト	24 ジャムパン 麦茶	25 ツナお焼き 麦茶	26 胡麻クッキー 麦茶	27 蒸かし芋 麦茶	28 ビスケット 麦茶
昼食	麦ごはん メンチカツ トマトサラダ 豆乳汁 果物	麦ごはん ピーマンの肉詰め きのこの胡麻和え みそ汁 果物	麦ごはん カレー風肉じゃが ブロッコリーのちくわサラダ スープ 果物	麦ごはん 鯖とごぼうの煮物 納豆和え みそ汁 果物	麦ごはん 親子丼風煮 海藻サラダ みそ汁 果物	五目うどん 牛乳 果物
午後	せんべい 牛乳	マーブルケーキ 牛乳	焼きビーフン 牛乳	ジャムパン 牛乳	ヨーグルト Feウエハース	
午前	30 ラスク 麦茶	31 ポーロ 麦茶	<div style="border: 2px dashed red; padding: 5px;"> <p>3日(火) 誕生会&lt;完全給食&gt; 10日(火) おにぎりの日 さくらんぼ組は園で用意します。 19日(木) パンの日 さくらんぼ組は園で用意します。 31日(火) 手作りお弁当</p> </div>			
昼食	麦ごはん 麻婆豆腐 マカロニサラダ わかめスープ 果物	手作りお弁当				
午後	金時スコーン 牛乳	源氏パイ 牛乳				

		未満児	以上児
エネルギー (kcal)	目標量	450	380
	平均	480	397
食塩 (g)	目標量	1.4	1.6
	平均	1.4	1.5

※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。

**チャレンジクッキング**  
(めろん組)  
10日(火)、12日(木)  
にチャレンジクッキング  
を行います!

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。  
※材料の都合により献立の変更がある場合があります。

## 食育目標

もうすぐ進級・進学。みんなで楽しく食事ができる。  
一年を振り返りながら、進級・進学を意識し  
みんなで食べる事を楽しむ。

3月はめろん組さんのリクエスト盛りだくさん献立です。  
今年度も残り1か月...  
残り少ない日々をみんなで楽しく食事をしたと思います。1年間、ご協力ありがとうございました。