令和６年度　3月　　オーガニック給食 献立表

◎３月の給食目標は『友達と楽しくしっかりたべよう』です。
　きりん組は保育園生活最後の１か月となりました。きりん組の子どもたちからのリクエストメニューや
　人気だったメニューを多く取り入れました。下線が引いてあるメニューがリクエストメニューです。

日	曜日	ひ　る	おやつ	よ　る
1 30	金 土	玄米入りご飯 カジキの甘辛葱ソース 春雨とひき肉のカレー炒め 小松菜のみそ汁	コーンクッキー いりこ	玄米入りご飯 ローストチキン 春大根のゆずドレッシング さつま芋のポタージュ
2 16	土	玄米入りご飯 豆腐のピザ風焼き かぶのピクルス風 春野菜のコンソメスープ	どら焼き おしゃぶり昆布	おかかふりかけご飯 鰆の西京焼き ビーフンの炒め物 白菜のすまし汁　　ネーブル
4 18	月	ゆかりご飯 赤魚の煮付け さつま芋サラダ　　キウイフルーツ チンゲン菜のみそ汁	きなこドーナツ いりこ	玄米入りご飯 チャプチェ ラディッシュの甘酢漬け 菊芋のみそ汁
5 19	火	ソースチキンカツ丼 ブロッコリーのごまドレッシング 春キャベツのみそ汁	おからのもちもち チーズパン おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 メバルのバーベキューソース きのこサラダ かぶのみそ汁　　早香
6	水	海苔の佃煮ご飯 ほっけの塩焼き 春大根のきんぴら えのきのみそ汁	玄米せんべい	春野菜のマーボー豆腐丼 春雨サラダ わかめスープ　　はるか
7 21	木	玄米入りご飯 豆腐の肉みそグラタン タアサイの塩昆布和え 春大根のすまし汁	メロンパン風 トースト いりこ	玄米入りご飯 あじの竜田揚げ 京菜の梅ドレッシング 菜の花のみそ汁
8 22	金	玄米入りご飯 鮭のマヨソース 里芋の土佐煮 ほうれん草のみそ汁　　早香	春キャベツの お好み焼き おしゃぶり昆布	春野菜の手作りチキンカレーライス 白菜のさっぱり和え バナナヨーグルト
9 23	土	豚肉の生姜焼き丼 のらぼうなのおかか和え 豆腐の中華スープ	ミルクビスケット いりこ	玄米入りご飯 たらのきのこクリームソース チンゲン菜のフレンチサラダ 具沢山みそ汁
11 25	月	玄米入りご飯 タチウオのチーズパン粉焼き 京菜とささ身の和え物 しいたけのみそ汁　　ネーブル	ごま入りスコーン おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 春キャベツの回鍋肉 ヤーコンのコールスローサラダ 高野豆腐のすまし汁
12 26	火	玄米入りご飯 鶏肉の唐揚げ キャベツのゆかり和え 生揚げのみそ汁	12日：誕生会おやつ ブルーベリージャム パウンドケーキ いりこ	玄米入りご飯 まだいの野菜あんかけ さつま芋のミルク煮 吉野汁　　キウイフルーツ
13 27	水	納豆ご飯 ぶり大根 ビーフンのマヨサラダ しめじのみそ汁	クリームサンド クラッカー	玄米入りご飯 鶏肉の照り焼き わさび菜の磯和え 油揚げのみそ汁
14 28	木	けんちんうどん 大学芋 海藻サラダ　　バナナ	みそ焼きおにぎり おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 カレイの味噌麹焼き ほうれん草のソテー タアサイのすまし汁
15 29	金	玄米入りご飯 さばの油淋鶏風 菜の花のツナ和え 京菜のみそ汁	さつま芋ケーキ いりこ	玄米入りご飯 豆腐ナゲット 小松菜のお浸し ちくわのみそ汁

今月の平均 （昼食+おやつ+夕食） の合計		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩 （ナトリウム量）
	乳児	806kcal	31.6ｇ	25.0ｇ	2.1ｇ
	幼児	1008kcal	39.5ｇ	31.3ｇ	2.6ｇ