

令和6年3月献立表(後期・完了期)

二川保育園(内藤作成)

日	曜	献立名			赤色	黄色	緑色	
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
4	月	人参	ラーメン ニラだんご ひじきサラダ	♪若菜おにぎり 麦茶 オレンジ	豚肉 わかめ ひじき	中華麺 ごはん	玉ねぎ 人参 もやししめじ ニラ 長ねぎ コーン 水菜 小松菜 オレンジ	
5	火	さつまいも	ごはん まぐろ煮 納豆サラダ 小松菜のすまし汁	♪フルーツゼリー 麦茶 おせんべい	まぐろ 納豆	ごはん さつまいも	玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし 小松菜 バナナ いちご	
6	水	じゃがいも	ごはん 筑前煮 もやしのおかか和え かぶのすまし汁	♪ごまマカロニ 麦茶 いちご	鶏肉 ごま 豆腐 厚揚げ かつお節	ごはん じゃがいも マカロニ	玉ねぎ 人参 しいたけ もやししめじ ごぼう れんこん かぶ いちご バナナ	
7	木	いちご	ごはん たら煮物 ごまドレサラダ 水菜のスープ	♪ほうとうきなこ 麦茶 りんご	たら ごま	ごはん ほうとう	玉ねぎ 人参 しめじ もやし 水菜 いちご ブロッコリー えのき りんご	
22	金	バナナ	ごはん 野菜煮込み 菜の花サラダ 玉ねぎのスープ	♪蒸しパン 麦茶 デコポン	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 かぶ もやし ブロッコリー バナナ 菜の花 コーン デコポン	
23	土	おかし	ごはん チキンの煮物 フレンチサラダ 玉ねぎのスープ	スティックパン 麦茶 バナナ	ごはん	食パン	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 しめじ	
11	月	人参	五目うどん 鶏肉のごまみそ焼き もやしの和え物	♪ピラフ 麦茶 オレンジ	鶏肉 ごま ごま ツナ	うどん	玉ねぎ 人参 ニラ もやし しいたけ 長ねぎ きゃべつ オレンジ	
12	火	さつまいも	ごはん かれい中華あんかけ 海苔ナムル チンゲン菜のスープ	スティックパン 麦茶 いちご	かれい 海苔	ごはん じゃがいも パン さつまいも	玉ねぎ 人参 もやし しめじ ほうれん草 チンゲン菜 いちご	
13	水	じゃがいも	ごはん 白菜と豚肉の煮物 もやしの塩昆布和え 菜の花のすまし汁	♪おふきなこ 麦茶 りんご	豚肉 昆布 豆腐 きなこ	ごはん ふ じゃがいも	玉ねぎ 人参 もやししめじ 白菜 菜の花 りんご	
14	木	人参	ごはん 鮭のみぞれ焼き 青菜の甘酢和え きゃべつのみそ汁	♪ナポリタン 麦茶 デコポン	鮭	ごはん パスタ	大根 玉ねぎ 人参 小松菜 長ねぎ きゃべつ ピーマン マッシュルーム デコポン	
15	金	バナナ	ごはん 野菜煮込み コールスローサラダ 人参スープ	♪ミルク寒天 麦茶 おせんべい	豚肉	ごはん じゃがいも	玉ねぎ 人参 ほうれん草 コーン きゃべつ もやし きゅうり いちご バナナ	
9	土	おかし	ごはん 煮物 スープ バナナ	バナナ 麦茶 おせんべい	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 バナナ	
1	金	ひなまつり給食						
8	金	★誕生会 お楽しみ給食★						

※献立内の青色は絵本「ぜんべいじいさん」にでてくるいちごをチーズケーキにアレンジしてをおやつに提供します。

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。



♪『ぜんべいじいさんのいちご』♪

山の上でひとりで住んでいるぜんべいじいさんはいちごを大切に育てています。あるとき、森の動物たちがやってくる、優しいぜんべいじいさんはいちごを食べさせてあげたのです。ぜんべいじいさんが育てていたいちごで動物たちと仲良くなる心温まる絵本です。

♪『ふじぐみさんのすきなメニュー』♪

もうすぐ小学生になるふじ組さん。保育園の好きな給食・おやつを書いてもらいました。

1位・「まぐろカツ」2位・「納豆サラダ」3位・「マシュマロクラッカー」でした。

ほかには、カレー、わかめスープ、絵本給食など、たくさん思い出に残ったみたいですね♪3月はふじ組さんの大好きなメニューがたくさん入っている献立です。

離乳食完了期も後半になり、大人と近いものや同じものが食べられるようになってきました。しかし、消化器官はまだまだ未発達です。生もの、脂っこいもの、味の濃いものはお子さんの消化器官に負担がかかります。特に生ものは早くても3歳を目安にして下さいね。

都合により献立、食材が変更になる場合があります。