



# 2019年3月ランチメニュー



今月の栄養量 エネルギー：585Kcal たんぱく質：21.8g 脂質：18.0g 塩分：1.8g	旬の食材 ・菜の花 ・ふき ・春キャベツ ・清見オレンジ
---	--



～五感を知ろう～  
 五感を使って味わう  
 献立にはマークが  
 ついています。  
 今月は  
 『見る・目で感じよう』  
 他にもあるかな？

※4日の食育、19日のクッキー作りは5歳児さんが対象です。

新田保育園

月	火	水	木	金	土
				1★ぞう組さんお別れ遠足	2
				ごはん あじの野菜あんかけ 高野豆腐煮 小松菜としめじのスープ 麩のラスクとりんご 牛乳	焼きそば 具だくさん味噌汁 りんご 牛乳ケーキ 牛乳
4	5	6	7★お誕生日会	8	9
☆ひなまつり 食育：菜の花☆ ちらし寿司 ますのマヨドレ焼き 菜の花のすまし汁 ピーチケーキ 牛乳	ごはん 鶏肉の照り焼き 白菜のゆかり和え うす揚げと大根の味噌汁 パインヨーグルトとぼかうけ お茶	ごはん カラフトししゃもの和風マリネ ひじき煮 じゃが芋と青菜の味噌汁 コーンフレーク 牛乳	ハムピラフ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ アスパラとプチトマト コンソメスープ お祝いケーキ オレンジジュース	アマランサスごはん さばの塩焼き 大豆の五目煮 しめじと白菜の味噌汁 ボンデケーショ 牛乳	かやくうどん 南瓜煮 チーズ 紅茶ケーキ 牛乳
11	12	13★お別れ会	14★ぞう組さんリクエストメニュー	15	16
ごはん 白身魚の塩麹焼き 切干大根の和え物 麩と玉葱の味噌汁 ココア蒸しパン 牛乳	ごはん 柳川風煮 ブロッコリーの味噌マヨ和え えのきとわかめのすまし汁 きな粉マカロニ 牛乳	サンドウィッチ 鶏肉の唐揚げ 星のポテト コンソメスープ プチゼリー 清見オレンジとばりんご 牛乳	カレーライス 海藻サラダ パイン缶 じゃこマヨトースト 牛乳	ごはん ポークビーンズ コールスローサラダ ほうれん草と南瓜のスープ ちんすこう 牛乳	醤油ラーメン 小松菜のナムル バナナ 黒糖ケーキ 牛乳
18	19★クッキー作り	20	21	22	23
麦ごはん 鶏肉の甘酢煮 いんげんのおかか和え ほうれん草と玉葱の味噌汁 ポップコーン 牛乳	ごはん 肉野菜炒め 青のりポテト もやしとわかめの味噌汁 ぞう組さんクッキー 牛乳	☆お米丸と日本めぐり☆ ふきごはん かしわの引きずり キャベツの塩麹和え ちんげん菜と人参の味噌汁 いがまんじゅう お茶	☆春分の日☆ 	ごはん 豆腐の肉味噌かけ キャベツのツナ和え えのきとほうれん草のすまし汁 豆乳ミルク餅 牛乳	卒園式
25	26	27	28	29	30
アマランサスごはん 白身魚の味噌煮 ほうれん草のごま和え 麩とわかめのすまし汁 プリンとぼかうけ 牛乳	ひじきスパゲティ ココロサラダ 春キャベツのスープ おにぎりとレバーの甘辛煮 お茶	ごはん 肉じゃが もやしの酢の物 切干大根の味噌汁 ジャムサンド 牛乳	ミネラルロール マカロニミートグラタン ブロッコリーサラダ レタスとコーンのスープ チーズクラッカーサンド 牛乳	中華丼 竹輪の甘辛炒め 春雨スープ 豆腐ドーナツ 牛乳	協力日