

令和 08 年 3 がつ の こ ん だ て ひ ょ う

かがの保育園・ohana保育園

	月	火	水	木	金	土
午前 主食	16 くらっかー、ぎゅうにゅう ごはん	17 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん	18 びすけっと、ぎゅうにゅう ごはん	19 くらっかー、ぎゅうにゅう ごはん	20	21 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん
お 昼	さかなのあずまに すきこんぶとだいずのもの 豆腐とほうれんそうのみそ汁 ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	とりにくのあまからあげ● やさいのごまあえ かみなりじる● ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	わふうはんぱーぐ● すびなちさらだ みねすとりーね ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	えいようなっとう やさいかきあげ● とんじる ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	【春分の日】	にざかな 切干大根とひじきのさらだ 白菜とぶたにくのすまし汁 ふる一つ * 3歳以上児米飯持参
午後 延長	しょうゆらーめん● ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	こだいまいおにぎり ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	とうにゅうほっとけーき● ぎゅうにゅう ませおにぎり、おちゃ	ふる一つよーぐると かるてつおさかなさぶれ みにふらんすさんど、おちゃ		じゃむばん ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ
以上児	エネルギー: 447Kcal 蛋白質: 24.3g 脂質: 17.3g 塩分: 3g	エネルギー: 479Kcal 蛋白質: 20.9g 脂質: 18.3g 塩分: 2g	エネルギー: 422Kcal 蛋白質: 19.4g 脂質: 19g 塩分: 1.7g	エネルギー: 420Kcal 蛋白質: 16g 脂質: 18g 塩分: 1.1g		エネルギー: 381Kcal 蛋白質: 20.4g 脂質: 14.6g 塩分: 2g
未満児	エネルギー: 543Kcal 蛋白質: 23.4g 脂質: 17.7g 塩分: 2.4g	エネルギー: 571Kcal 蛋白質: 20.8g 脂質: 18.3g 塩分: 1.6g	エネルギー: 519Kcal 蛋白質: 19.9g 脂質: 18g 塩分: 1.5g	エネルギー: 552Kcal 蛋白質: 18g 脂質: 19.7g 塩分: 1.1g		エネルギー: 485Kcal 蛋白質: 20.5g 脂質: 14.9g 塩分: 1.6g
午前 主食	23 ごませんべい、ぎゅうにゅう ごはん	24 くらっかー、ぎゅうにゅう ごはん	25 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん(ゆかり)	26 びすけっと、ぎゅうにゅう ごはん	27 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん	28 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん
お 昼	とりにくのかりんあげ 切干大根とこんぶのもの かぼちゃのみそしる ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	さけのおうごんやき ひじきのもの だいこんのすましじる ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	にくじゃが ぶろっこりーこーんさらだ もやしのみそしる ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	とりにくのけちゃっぴに まかろにさらだ ころころやさいすーぷ ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	ちんじゃおろーすー きんときまめのあまに たまごととうふのすーぷ ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	<おべんとうのひ> 手作りお弁当の用意を お願いします。
午後 延長	かれーちーすとーすと ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	くらすく ぎゅうにゅう しょくぱんさんど、おちゃ	がんづき ぎゅうにゅう こんぶおにぎり、おちゃ	わかめおにぎり ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	かみかみだいず、どーなつ ぎゅうにゅう みにふらんすさんど、おちゃ	やきいも ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ
以上児	エネルギー: 443Kcal 蛋白質: 22.1g 脂質: 21.9g 塩分: 2.3g	エネルギー: 461Kcal 蛋白質: 22.5g 脂質: 24.1g 塩分: 1.8g	エネルギー: 482Kcal 蛋白質: 20.8g 脂質: 20.7g 塩分: 1.9g	エネルギー: 460Kcal 蛋白質: 20.1g 脂質: 18.8g 塩分: 1.5g	エネルギー: 488Kcal 蛋白質: 23.3g 脂質: 18.4g 塩分: 1.8g	エネルギー: 193Kcal 蛋白質: 6g 脂質: 5.9g 塩分: .2g
未満児	エネルギー: 529Kcal 蛋白質: 22.1g 脂質: 20.7g 塩分: 1.9g	エネルギー: 556Kcal 蛋白質: 22.3g 脂質: 23.1g 塩分: 1.6g	エネルギー: 574Kcal 蛋白質: 21g 脂質: 20.2g 塩分: 1.6g	エネルギー: 547Kcal 蛋白質: 20.4g 脂質: 18g 塩分: 1.3g	エネルギー: 579Kcal 蛋白質: 22.8g 脂質: 18.3g 塩分: 1.4g	エネルギー: 210Kcal 蛋白質: 6.7g 脂質: 7.8g 塩分: .2g
午前 主食	30 うえはーす、ぎゅうにゅう ごはん	31 ごませんべい、ぎゅうにゅう ごはん				
お 昼	さばのにんじんみそに きゃべつとつなのさらだ かぶとにくだんごのすーぷ ふる一つ * 3歳以上児米飯持参	すんどうぶ たたききゅうり ふる一つ * 3歳以上児米飯持参				
午後 延長	なぼりたん ぎゅうにゅう せんべい、おちゃ	きなこまめ ぎゅうにゅう うめおにぎり、おちゃ				
以上児	エネルギー: 424Kcal 蛋白質: 23.6g 脂質: 21.7g 塩分: 2g	エネルギー: 424Kcal 蛋白質: 26.1g 脂質: 23g 塩分: 1.8g				
未満児	エネルギー: 528Kcal 蛋白質: 23.2g 脂質: 21g 塩分: 1.7g	エネルギー: 513Kcal 蛋白質: 25g 脂質: 21.6g 塩分: 1.5g				

お知らせ 献立に記載してあります栄養価は、昼食とおやつ分を合わせた数値となっています。
また、都合により献立を変更する場合があります。
☆印は、新メニューです。午前のおやつは未満児のみとなります。