

令和5年3月おしよくじカレンダー

後期食

市野谷つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土	
日	3月の旬の食材		1	2	3 ひな祭り	4	
乳児			菓子	ヨーグルト	菓子	菓子	
屋食	かぶ キャベツ ごぼう たけのこ 青梗菜 には ブロッコリー あさり さわら いちご オレンジ キウイフルーツ ひじき わかめ しいたけ たまねぎ 白菜		・お粥または軟飯 ・さわらのおろし柔らか煮 ・ブロッコリーと人参の煮物 ・たまねぎのすまし汁	・お粥または軟飯 ・豚ひき肉とキャベツの煮物 ・キウイフルーツ ・揚げの味噌汁	・ちらし粥または軟飯 ・鶏ひき肉のひじきあんかけ ・オレンジ ・わかめのすまし汁	市販離乳食	
おやつ			そばろ粥またはそばろ軟飯	スパゲティの柔らか煮	いちごヨーグルト	菓子	
日	6	7 お誕生会	8	9	10	11	
乳児	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子	菓子	
屋食	・お粥または軟飯 ・鶏肉と野菜のケチャップ煮 ・りんご	・鮭粥または軟飯 ・ハンバーグ ・じゃがいもとコーンの旨煮 ・オニオンコンソメスープ	・そばろ粥またはそばろ軟飯 ・野菜とじゃがいもの煮物 ・わかめスープ	・お粥または軟飯 ・タラの柔らか味噌煮 ・きりざい ・たまねぎのすまし汁	・お粥または軟飯 ・肉じゃが ・オレンジ ・かぶの味噌汁	市販離乳食	
おやつ	菓子	ヨーグルト	フルーツ	パン粥または食パン	ヨーグルト	菓子	
日	13	14	15	16 お別れ会	17	18	
乳児	菓子	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子	
屋食	・お粥または軟飯 ・鶏ひき肉の野菜あんかけ ・人参甘煮 ・えのきのすまし汁	・お粥または軟飯 ・麻婆豆腐 ・キウイフルーツ ・わかめスープ	・お粥または軟飯 ・鮭のほぐし煮 ・ほうれん草とコーンの煮物 ・たまねぎの味噌汁	・ゆかり粥または軟飯 ・チキンボール ・マカロニと野菜の煮物 ・みかん ・コンソメスープ	・お粥または軟飯 ・豚ひき肉の旨煮 ・ひじきとツナの煮物 ・豆腐の味噌汁	市販離乳食	
おやつ	うどんの柔らか煮	パン粥または食パン	お粥または軟飯	ホットケーキ	菓子 パナナ	菓子	
日	20	21	22	23	24 ひまわり組遠足	25	
乳児	菓子	春分の日		ヨーグルト	菓子	菓子	
屋食	・お粥または軟飯 ・豚ひき肉とピーマンの煮物 ・みかん ・揚げのすまし汁			・うどん ・かぼちゃの甘煮 ・キャベツと人参の煮物	・お粥または軟飯 ・鰯の柔らか煮 ・キャベツと人参の煮物 ・麩の味噌汁	・お粥または軟飯 ・じゃがいものそばろあんかけ ・野菜の煮物 ・白菜スープ	市販離乳食
おやつ	菓子			わかめ粥または軟飯	バナナ蒸しパン	マカロニの柔らかきな粉煮	菓子
日	27	28	29	30	31		
乳児	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子		
屋食	・スタミナ粥または軟飯 ・ステーキじゃがいも ・野菜の甘煮 ・とろろ昆布の味噌汁	・お粥または軟飯 ・チキンボールとブロッコリーの煮物 ・オレンジ ・コーンスープ	・お粥または軟飯 ・鶏ひき肉の野菜ケチャップあんかけ ・キウイフルーツ ・かぶのすまし汁	・納豆粥または軟飯 ・あじのほぐし塩旨煮 ・ミニトマト ・じゃがいもの味噌汁	・お粥または軟飯 ・豚ひき肉のひじきあんかけ ・人参と油揚げの煮物 ・麩のすまし汁		
おやつ	お麩のミルク煮	おやき	バターロール	菓子	菓子 パナナ		

○：幼児 △：乳児

*行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

※年長さんのお友達のお名前とそのお子さんが☆リクエストしてくれたメニューが入っています。