

令和5年度 3月のこんだて

バンビの森子ども園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前					1	2	
昼食	 <p>1日 お昼はひな祭りバイキング 11日 だしの味比べ（どんだん組） 15日 おやつは色々なかたちのかりんとうバイキング 18日 お昼はどんだん組リクエストメニュー</p>						
午後							
午前	4	5	6	7	8	9	
昼食	ごはん、ポーク野菜カレー、 ブロッコリーナムル、 玉子スープ、トマト	発芽玄米ごはん、 焼きししゃも、 根菜のチャプチェ、 卵のマヨネーズ焼き、呉汁	クロワッサン、 カチャトラ、 豆腐とひじきサラダ、 コーンポタージュ、キウイ	ごはん、鮭のみぞれ煮、 人参しりしり、さつま汁、 パン、	十五穀米ごはん、 ミートボール、 ほうれん草のナムル、 雷汁、いちご	牛丼、青菜の胡麻浸し、 豆腐の味噌汁、 ブルーネ	
午後	ボールボン菓子、小魚、 牛乳	さつま芋きなこチップ、 米粉クッキー、牛乳	手作りふりかけおにぎり、 お茶	プリン、きかん棒、 お茶	あんかけ焼きそば、 豆乳	ひじきあられ、 乳酸飲料	
午前	11	12	13	14	15	16	
昼食	ごはん、キウイ 切干大根シュウマイ、 小松菜と油麩の煮物、 ねぎの味噌汁	発芽玄米ごはん、 カジキの唐揚げ、きりざい、 飛鳥汁、ゆで玉子	ごはん、チキン南蛮、 なめ茸和え、野菜椀、 パン	ごはん、たらめの梅マヨ焼き、 人参と水菜の味噌サラダ、 ひじきの具沢山汁、 オレンジ	醤油ラーメン、煮豆、 スペイン風オムレツ、 ミニゼリー	和風パスタ、 さつま芋レーズン煮、 人参スープ、チーズ	
午後	おからナゲット、 カリッツェル、牛乳	フルーツサンド、 バナナチップ、豆乳	りんごマフィン、 うの花あげ、牛乳	キャベツビスケット、 堅パン、牛乳	色々なかたちかりんとう バイキング カルピス	ビスケット、 野菜ジュース	
午前	18	19	/	21	22	23	
昼食	ハンバーガー、 スティック野菜サラダ、 フライドポテト、いちご、 オレンジジュース	ごはん、ポーク野菜カレー、 ブロッコリーナムル、 玉子スープ、トマト		ごはん、鮭のみぞれ煮、 人参しりしり、さつま汁、 パン、	十五穀米ごはん、 ミートボール、 ほうれん草のナムル、 雷汁、いちご	牛丼、青菜の胡麻浸し、 豆腐の味噌汁、 ブルーネ	
午後	玉子ごはんおやき、 ソイチップ、牛乳	ボールボン菓子、小魚、 牛乳		プリン、きかん棒、 お茶	あんかけ焼きそば、 豆乳	ひじきあられ、 乳酸飲料	
午前	25	26	27	28	29	30	
昼食	ごはん、キウイ 切干大根シュウマイ、 小松菜と油麩の煮物、 ねぎの味噌汁	発芽玄米ごはん、 カジキの唐揚げ、きりざい、 飛鳥汁、ゆで玉子	ごはん、チキン南蛮、 なめ茸和え、野菜椀、 パン	ごはん、たらめの梅マヨ焼き、 人参と水菜の味噌サラダ、 ひじきの具沢山汁、 オレンジ	鶏のチーズパン粉焼き、 チンゲン菜の梅おかか和え、 胡麻味噌汁、 発芽玄米ごはん、いちご	焼うどん、粉ふき芋、 わかめスープ、チーズ	
午後	おからナゲット、 カリッツェル、牛乳	フルーツサンド、 バナナチップ、豆乳	りんごマフィン、 うの花あげ、牛乳	キャベツビスケット、 堅パン、牛乳	セレクトパン（ジャムパン、 メロンパン クリームパン）、 牛乳	ヨーグルト、 揚げせんべい、お茶	
【月の平均値】							
	エネルギーkcal	タンパク質g	脂質g	塩分g			
3歳未満児	536	21.6	17.2	1.4			
3歳以上児	612	24.7	19.5	1.7			
				<ul style="list-style-type: none"> ・下線マーク：手作りおやつになります。 ・材料の都合等変更になる場合があります。 ・すやびよは手作りおやつ以外の2品目はつきません。 		※子どもが初めての料理や食材に親しむため、2回繰り返すサイクルメニューになっています。その事で安心して食べられる事が多く、また1回目の喫食状況を把握し2回目に改善、工夫し給食を提供できるという利点があります。	