



3月の予定献立表



令和7年度

おおつちこども園

日付	曜日	献立名	午前のおやつ (未満児のみ)	午後のおやつ	3歳以上児栄養価 3歳未満児栄養価	
					エネルギー	タンパク質
2	月	ポトフ・チーズオムレツ・ゼリー	みかん	牛乳・ジャムバターサンド	539Kcal 564Kcal	20.8g 18.6g
3	火	鶏肉の照り焼き・きゅうりとトマトのサラダ・キャベツと豆腐のみそ汁・いちご	ジョア	ひなあられ・ゼリー	344Kcal 446Kcal	15.5g 18.5g
4	水	赤魚の煮つけ・春雨サラダ・豚汁・バナナ	プリン	カレーうどん	527Kcal 649Kcal	25.8g 24.0g
5	木	鮭のチーズフライ・マカロニサラダ・ニラ玉スープ・パン	ヨーグルト	ココアミルク・クロワッサン	498Kcal 591Kcal	21.1g 22.0g
6	金	タコライス・フライドポテト・オニオンスープ・プリン	ミルミル	牛乳・ロールケーキ		
7	土	おにぎり・豚汁		牛乳・ビスケット	392Kcal 505Kcal	12.3g 15.0g
9	月	エビグラタン・栄養たっぷり小松菜サラダ・わかめスープ・ゼリー	ココアミルク	麦茶・みたらし団子	312Kcal 436Kcal	12.1g 14.1g
10	火	ちくわの磯部揚げ・五目納豆・なすと油揚げのみそ汁・パン	ゼリー	牛乳・ホットケーキ	436Kcal 525Kcal	18.0g 17.2g
11	水	ツナ入り卵焼き・切干大根サラダ・肉団子と白菜のスープ・いちご	牛乳	フルーツポンチ	328Kcal 432Kcal	14.1g 16.1g
12	木	トンカツ・コールスロー・大根と豆腐のみそ汁・オレンジ	プリン	牛乳・クッキー	643Kcal 733Kcal	26.6g 25.2g
13	金	★オリオンスペシャルメニュー(バイキング)★	ジョア	アイスクリーム		
14	土	ミートスパゲッティ・枝豆・卵スープ・バナナ		牛乳・ビスケット	650Kcal 506Kcal	21.9g 17.9g
16	月	マーボー豆腐・しゅうまい・チャプチェ・ゼリー	麦茶・せんべい	牛乳・フレンチトースト	567Kcal 579Kcal	26.0g 22.3g
17	火	ハンバーグ・さつま芋のコロコロサラダ・白菜スープ・オレンジ	ココアミルク	麦茶・チャーハン	519Kcal 591Kcal	19.5g 20.2g
18	水	サバのみそ煮・もやしのナムル・そうめん汁・バナナ	ゼリー	牛乳・きなこ揚げパン	586Kcal 642Kcal	24.6g 22.3g
19	木	鶏肉の唐揚げ・ポテトサラダ・人参と玉ねぎのスープ・パン	いちご	オレオチーズケーキ	560Kcal 589Kcal	17.0g 15.5g
20	金	🌸 卒園式 🌸				
21	土	あんかけうどん・枝豆・オレンジ		牛乳・せんべい	392Kcal 326Kcal	16.9g 14.1g
23	月	カレーライス・福神漬け・卵のうまいやつ♡・春雨スープ・ゼリー	バナナ	牛乳・ツイストドーナツ	532Kcal 621Kcal	16.9g 17.7g
24	火	ホワイトシチュー・エビフライ・ブロッコリーのおかか和え・パン	牛乳	麦茶・お好み焼き	508Kcal 576Kcal	18.9g 20.3g
25	水	豚肉のしょうが焼・白菜のきざみサラダ・じゃが芋と小松菜のみそ汁・オレンジ	プリン	牛乳・ピザトースト	531Kcal 641Kcal	24.7g 22.8g
26	木	タラのピカタ・れんこんの金平・わかめと豆腐のみそ汁・ヨーグルト	みかん	麦茶・たぬきおにぎり	425Kcal 500Kcal	20.9g 19.8g
27	金	もやしラーメン・たたききゅうり・焼きょうざ・いちご	キウイ	牛乳・さつまいもチップス	518Kcal 437Kcal	18.1g 15.3g
28	土	お弁当の日		ヨーグルト・クッキー	541Kcal 369Kcal	15.8g 11.0g
30	月	お弁当の日	プリン	ジョア・せんべい		
31	火	お弁当の日	ヨーグルト	ココアミルク・ビスケット		


※都合により、メニューの変更をすることがあります。

★3歳以上児栄養価目標値：450Kcal/24.0g

★3歳未満児栄養価目標値：500Kcal/21.0g



今年度もあと1ヶ月！！チームオリオンさんの園での給食も、あと1ヶ月となりました。3月は、オリオンさんのリクエストメニューを中心に給食を提供していく予定です。お友達と食べたメニューを思い出しながら、給食を楽しんでもらえればと思います★

 3/28(土)・3/30(月)・3/31(火)は新学期準備のため、お弁当の日となっていますのでご協力をお願い致します。
 なお、午前のおやつ・午後のおやつは提供致します。また、3/23(月)はカレーライスの提供となっていますので、3才以上児さんはご飯を多めに持参して頂けるようお願い致します。



★オリオンさんのリクエストメニュー★

	給食	おやつ
いむくん	カレーライス・五目納豆・タコライス	きなこ揚げパン・みたらし団子 ホットケーキ・チャーハン
こうくん	カレーうどん・わかめスープ・いちご フライドポテト	フルーツポンチ
あんじゅくん	カレーうどん・ハンバーグ・オニオン スープ・唐揚げ	お好み焼き・さつま芋チップス オレオチーズケーキ
かいせいくん	鮭チーズフライ・冷たいそうめん	ツイストドーナツ・アイスクリーム さつま芋チップス
とわくん	そうめん・卵のうまいやつ♡ きゅうりとトマトのすっぱいサラダ 土曜保育で出たハンバーガー	ジャムバターサンド
おうすけくん	カレーライス・五目納豆・フライドポテト ミートスパゲッティ・豚汁	チャーハン・きなこ揚げパン たぬきおにぎり
はるまくん	カレーライス・ナスのみそ汁 きゅうりとトマトのすっぱいサラダ	チャーハン・フレンチトースト さつま芋チップス
いつきくん	豚肉のしょうがやき	クロワッサン
ふうかちゃん	カレーライス	ピザトースト
たいちくん	バナナ・カレーライス・ラーメン	ピザトースト
かなとくん	唐揚げ	ドーナツ