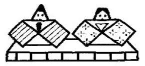
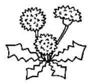


3月予定および献立表



2025年2月20日

乳児クラスでは10時頃に朝のおやつ(せんべい等)を提供しています。　くるみ敬愛保育園

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	土	茨木サッカーフェスティバル(きりん)	えびピラフ	えび　玉ねぎ　人参　いんげん	★●クッキー
			コーンサラダ	キャベツ　きゅうり　コーン　人参	●牛乳
			コンソメスープ	じゃが芋　玉ねぎ	
2	日				
3	月	ひな祭り	★ちらしずし	ちりめんじゃこ　蓮根　人参　干椎茸　高野豆腐　桜でんぶ　**錦糸卵**　絹さや	★●ひなタルト
			そぼろ煮	鶏ミンチ　南瓜　じゃが芋　人参　いんげん	ひなあられ
			すまし汁	てまり麩　えのき　三つ葉	●牛乳
4	火	E～たいむ(幼児) スイミング(きりん)	ゆかりご飯 / みそ汁	ゆかり　/　わかめ　油揚げ　ねぎ	肉まん
			肉じゃが	牛肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　しらたき　いんげん	●牛乳
			大根サラダ	大根　きゅうり　人参　キャベツ	
5	水	マラソン大会 体育遊び(幼児)	鱈のおろし煮	たら　大根	●プリン風ゼリー
			ひじきと高野豆腐の煮物	ひじき　高野豆腐　ツナ　人参　いんげん	せんべい
			みそ汁	さつま芋　玉ねぎ　ねぎ	●牛乳
6	木	習字(きりん) けいあいの里交流会(きりん)	豚肉とキャベツのみそ炒め	豚肉　キャベツ　人参　玉ねぎ　ピーマン　厚揚げ	●さつま芋蒸しパン
			ばんさんすう	もやし　きゅうり　かにかま　人参	●牛乳
			★卵とコーンのスープ	**卵**　クリームコーン　ねぎ	
7	金		●パン　/　フルーツ	**パン**　/　みかん	おはぎ
			●ビーフシチュー	牛肉　玉ねぎ　人参　じゃが芋　エリンギ　**ルウ**	●牛乳
			ツナサラダ	ツナ　キャベツ　きゅうり　人参　コーン	
8	土	幼児弁当日 園庭開放 (10:00～15:00)	炒飯	豚肉　玉ねぎ　人参　ねぎ	★●チーズ蒸しパン
			中華サラダ	ささみ　もやし　きゅうり　わかめ	●牛乳
			中華スープ	大根　コーン	
9	日				
10	月	誕生会 & がんばったね パーティー	鮭ご飯/焼きそば(幼児のみ)	鮭フレーク　/　中華麺　豚肉　キャベツ　ちくわ　人参　ウインナー	★●バースディケーキ
			鶏の唐揚げ/ポテト/ナゲット	鶏肉　生姜　/　ポテト　/　ナゲット	●牛乳
			ブロッコリー/フルーツ	ブロッコリー　/　いちご　黄桃缶　バナナ	
11	火	スイミング(きりん) E～たいむ(幼児)	あんかけうどん	うどん　鶏肉　白菜　油揚げ　人参　干椎茸　ねぎ	フルーツゼリー
			平天と野菜の煮物	平天　じゃが芋　大根　人参　いんげん	★●バウムクーヘン
			●チーズ	**チーズ**	●牛乳
12	水	体育遊び(幼児) シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま)	牛肉と根菜の韓国風煮	牛肉　人参　大根　蓮根　ごぼう　筍　干椎茸　いんげん	●豆乳ホイップサンド
			ナムル	ほうれん草　もやし　人参	●牛乳
			白菜のとろとろスープ	白菜　青梗菜　生姜　ちくわ	
13	木	本願寺遠足(きりん) シーツ交換 (りす・いぬ)	●パン / 鮭のオニオンソース	**パン**　/　さけ　玉ねぎ　生姜	★●パインケーキ
			★●ポテトサラダ	じゃが芋　人参　きゅうり　コーン　**ハム**　**マヨネーズ**	●牛乳
			きのこスープ	しめじ　えのき　玉ねぎ	
14	金		豚肉のしぐれ煮	豚肉　ごぼう　人参　玉ねぎ　しらたき　いんげん	玄米鮭おにぎり
			酢の物	ちりめんじゃこ　きゅうり　人参　大根	●牛乳
			みそ汁	麩　わかめ　ねぎ	
15	土	修了式	焼きそば風スパゲティ	スパゲティ　豚肉　キャベツ　ピーマン　ちくわ　人参	★●フレンチトースト
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー　きゅうり　コーン	●牛乳
			みそ汁	しめじ　小松菜	
16	日				
17	月	避難訓練	鯖の塩焼き/付野菜	さば　/　ほうれん草	★小魚焼き
			豚肉とじゃが芋の韓国風炒め	豚肉　じゃが芋　にんにく　ねぎ	●牛乳
			みそ汁	白菜　油揚げ　ねぎ	
18	火		●ミートソーススパゲティ	スパゲティ　合挽ミンチ　玉ねぎ　人参　トマト缶　**バター**　小麦粉	かやくご飯
			ひじきサラダ	ひじき　キャベツ　きゅうり　パプリカ	●牛乳
			フルーツ	バナナ	
19	水	体育遊び(幼児)	★ハンバーグ	合挽ミンチ　玉ねぎ　パン粉　**卵**	●もちもちドーナツ
			大豆サラダ	大豆　キャベツ　きゅうり　人参　コーン	●牛乳
			みそ汁	小松菜　平天	
20	祝	春分の日			
21	金		鰆の西京焼き/付野菜	さわら　/　南瓜	だしシャカポテト
			ごま和え	ほうれん草　キャベツ　人参　ちくわ　ごま	●牛乳
			すまし汁	豆腐　えのき　三つ葉	
22	土	幼児弁当日 園庭開放 (10:00～15:00)	豚丼	豚肉　玉ねぎ　しらたき　ねぎ	★●ツイストパン
			お浸し	白菜　ほうれん草　人参	●牛乳
			みそ汁	しめじ　大根　ねぎ	
23	日				
24	月		ちゃんぽん	豚肉　キャベツ　人参　いか　玉ねぎ　かまぼこ　ねぎ	●マシュマロおこし
			●しゅうまい	**しゅうまい**	●牛乳
			フルーツ	バナナ	
25	火		鶏肉のマーマレード焼き/付野菜	鶏肉　マーマレード　/　ブロッコリー	★●苺ケーキ
			★マカロニサラダ	マカロニ　きゅうり　人参　ツナ　コーン　**マヨネーズ**	●牛乳
			みそ汁	南瓜　玉ねぎ　ねぎ	
26	水	ぽかぽか遠足 (くま)	●パン / フルーツ	**パン**　/　黄桃缶	中華おこわ
			●クリームシチュー	鶏肉　玉ねぎ　人参　じゃが芋　ブロッコリー　**牛乳**　**ルウ**	●牛乳
			かにかまサラダ	かにかま　キャベツ　きゅうり　人参	
27	木	ぽかぽか遠足 (りす・いぬ)	●肉団子の野菜あんかけ	**肉団子**　玉ねぎ　ピーマン　人参	●フルーツヨーグルト
			中華風酢の物	もやし　かにかま　人参　きゅうり	クラッカー
			サムゲタン風スープ	鶏肉　大根　白ねぎ　椎茸　生姜　もち米	
28	金	3学期終了	●ビーフカレー	牛肉　玉ねぎ　人参　じゃが芋　**ルウ**	●お麩ラスク
			えびサラダ	えび　キャベツ　きゅうり　人参	●牛乳
			ゼリー	ゼリー	
29	土		チキンライス	鶏肉　玉ねぎ　人参　いんげん	★●どら焼き
			グリーンサラダ	キャベツ　きゅうり　ブロッコリー	●牛乳
			コンソメスープ/●チーズ	じゃが芋　玉ねぎ　/　**チーズ**	
30	日				
31	月	保育協力日	けんちんうどん	うどん　鶏肉　人参　干椎茸　大根　里芋　油揚げ　ねぎ	●アップルポテトパイ
			天ぷら	南瓜　ちくわ　てんぷら粉	●牛乳
			フルーツ	みかん	

・　●は乳、★は卵を使用している献立です。　　園で使用しているハムは卵が含まれます

・献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。

・アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

今月の一人当たりの栄養素(3才以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム mg	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	627	23.5	17.4	250	2.3	200	0.32	0.36	23	3.6	1.6未満
平均	622	22.9	19.7	236	2.1	215	0.36	0.44	25	3.4	1.6