

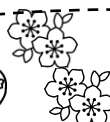


3月 献立表

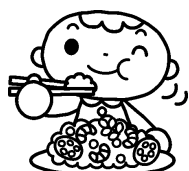


日 曜	献立名	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)	日 曜	献立名	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)
1 /木	『どんぐり組クエスト』 セレクトおにぎり 鶏のから揚げ カラフルサラダ 大根入りめった汁 チョコパフェ	466	15.3	9.5	13 /火	『さくらんぼクエスト』 えびピラフ ハンバーグ ポテト スパゲティサラダ ミニトマト フルーツケーキ	452	20.1	14.5
2 /金	『ひな祭り献立』 ちらしケーキ 豆腐ハンバーグ ごま和え すまし汁 ひなケーキ	447	15.2	18.8	14 /水	『空弁当の日』 ミルク食パン ジャム ほうれん草オムレツ きのこソテー 肉団子 ブロッコリー	454	15.2	12.1
5 /月	コーンシューマイ もやしの和え物 マーボー豆腐	406	20.1	9.4	15 /木	焼きそば 鉄腕シューマイ バンサンスウ チーズ	401	16.1	15.0
6 /火	『おにぎりの日』 ふくらぎ塩麹焼き きゅうりの酢の物 卵とじ セレクトデザート	500	14.9	13.2	16 /金	『お祝い献立』 赤飯 エビフライ 紅白なます味噌汁 お祝いデザート	461	17.2	14.3
7 /水	米粉バターロール 豚肉のソースかけ さつまいもサラダ かぶスープ	440	17.1	9.9	19 /月	『群馬県献立』 ソースとんかつ こんにゃくのきんぴら おきりこみ セレクトお菓子	491	20.8	18.2
8 /木	野菜のかき揚げ れんこんの塩炒め 鶏野菜うどん セレクトお菓子	483	16.0	13.0	20 /火	さばの味噌煮 里芋のうま煮 かす汁 オレンジ	400	13.7	8.4
9 /金	『にじ組クエスト』 オムライス りんごサラダ チキンナゲット ポテト わかめスープ セレクトフルーツパフェ	433	15.8	17.2	22 /木	ナン ウィンナー グリーンサラダ キーマカレー 青りんごゼリー	521	23.6	12.2
12 /月	小あじカレー揚げ 中華和え ちゃんぽん麺 ヨーグルト	486	14.3	15.4	23 /金	キャベツのメンチカツ 大根とツナサラダ ハヤシライス アイス	498	16.8	14.4

今月の給食目標



- (3歳児) 食事の準備や片付け、食べた後の後始末をすすんでしましょう
- (4歳児) マナーを守って楽しく食事をしましょう
- (5歳児) マナーを守り、一定の時間内で食べるようにしましょう



3月栄養価平均 (つばた幼稚園)	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (%)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)
	440	17.5	23.5	259	2.1
学校給食摂取基準量	540	8~23	25~30	280	2.0