

★3月予定献立表(1~2歳)★

大阪聖和保育園

月	火	水	木	金	土	日
<p>「おひさまぐみリクエストメニュー!!」 今年度も残り1ヶ月となりました。さて今年度もおひさまぐみによるリクエストメニューが出そろいましたのでランキングを発表したいと思います!!</p> <p>(給食) 1位 あんかけそば、かれーらいす 2位 さげごはん 3位 ちゃぶちえ (おやつ) 1位 ぶりん 2位 かりんとう・ふらいどぼと 3位 みかんゼリー</p> <p>という結果になりました(*´艸`) 他にもやしそばや肉じゃが、ぶどうゼリーにわらびもちとたくさんのリクエストをいただきました! おひさまぐみのみんなと過ごせるのもあとわずか、、、1日1日を大切に過ごしていきたいと思ひます(^^)/</p>						
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>						
おたのしみ						
2	3	4	5	6	7	8
<p>かれーらいす ごはん すていっくやさい くだもの</p>	<p>どりのてりやき ごはん すばげていさらだ だいこんのみそしる くだもの</p>	<p>チャーはん はくさいのおひたし わかめすーぶ</p>	<p>ちゃぶちえ ごはん さつまいものおれんじに さつまいも さつまいものみそしる くだもの</p>	<p>やしそば とうふのすましじる</p>	<p>ひーふしゅー ごはん くだもの</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>
<p>くだもの きゅうにゅう ぶりん きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 431 kcal 蛋白質 12.5 g 脂質 15.2 g 炭水化物 57.0 g 食塩 1.4 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう ふらいどぼと きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 455 kcal 蛋白質 14.3 g 脂質 15.3 g 炭水化物 61.9 g 食塩 1.2 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう ぶどうと きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 385 kcal 蛋白質 16.3 g 脂質 10.8 g 炭水化物 52.4 g 食塩 1.2 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう さつまいも きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 516 kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 17.5 g 炭水化物 69.2 g 食塩 1.3 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう ぶどうゼリー きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 360 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物 45.5 g 食塩 1.1 g</p>	<p>くだもの おかし</p> <p>エネルギー 383 kcal 蛋白質 8.9 g 脂質 11.3 g 炭水化物 47.1 g 食塩 0.2 g</p>	<p>おたのしみ</p>
9	10	11	12	13	14	15
<p>ひびんぼ ごはん こきのこじる くだもの</p>	<p>きーぼーどうふ ごはん こなさらだ くだもの</p>	<p>はんぼーぐ ろーるはん おんやさい こーんすーぶ くだもの</p>	<p>なしこれん ぶろっこりーのつなまよあえ ふあーがー くだもの</p>	<p>あんかけそば ちゅうかめん くだもの</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">そつえんしき</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>
<p>くだもの きゅうにゅう かりんとう きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 409 kcal 蛋白質 12.8 g 脂質 11.2 g 炭水化物 59.9 g 食塩 0.9 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう めろんぼん きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 540 kcal 蛋白質 17.0 g 脂質 18.1 g 炭水化物 73.1 g 食塩 1.3 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう すいとぼと きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 461 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 19.0 g 炭水化物 53.0 g 食塩 1.0 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう はなのこめこっきー</p> <p>エネルギー 507 kcal 蛋白質 11.5 g 脂質 14.2 g 炭水化物 78.2 g 食塩 1.5 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう わらびもち きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 544 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 17.3 g 炭水化物 74.3 g 食塩 1.8 g</p>	<p>おたのしみ</p>	<p>おたのしみ</p>
16	17	18	19	20	21	22
<p>きりほしだいこん ごはん ひとしおいわし ういんなー さつまいものみそしる</p>	<p>ちらしずし ごはん とんしる くだもの</p>	<p>さげごはん ほてとさらだ だいこんのみそしる くだもの</p>	<p>みーとすばげていー やさいさらだ くだもの</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>	<p>はやしらいす ごはん くだもの</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>
<p>くだもの きゅうにゅう みかんゼリー きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 465 kcal 蛋白質 16.7 g 脂質 14.0 g 炭水化物 63.6 g 食塩 1.2 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう かれーぼん きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 476 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 14.9 g 炭水化物 61.9 g 食塩 1.6 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう ふれんちとーすと きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 505 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 14.2 g 炭水化物 70.8 g 食塩 1.0 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう おかし きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 535 kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 23.9 g 炭水化物 50.0 g 食塩 0.6 g</p>	<p>おたのしみ</p>	<p>くだもの まかろにきなこ</p> <p>エネルギー 386 kcal 蛋白質 9.7 g 脂質 8.6 g 炭水化物 63.4 g 食塩 0.8 g</p>	<p>おたのしみ</p>
23	24	25	26	27	28	29
<p>にんどん ごはん きゅうりのちゅうかふうつけもの ちくわのいそべあげ くだもの</p>	<p>ぶりのてりやき ごはん はんぼんじーさらだ かほちやのみそしる</p>	<p>にくじゃが ごはん ぶろっこりーのかつおあえ かきたまじる くだもの</p>	<p>にこみうどん うどん さつまいものてんぶら くだもの</p>	<p>こむがーかれー ごはん すていっくやさい くだもの</p>	<p>ぶにのしょうがやきどん ごはん もやしすーぶ くだもの</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>
<p>くだもの きゅうにゅう きやろつとけーき きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 547 kcal 蛋白質 15.2 g 脂質 18.5 g 炭水化物 75.6 g 食塩 0.8 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう かろひすせりー きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 393 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 11.2 g 炭水化物 55.4 g 食塩 0.8 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう こぼろすていっく きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 475 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 15.0 g 炭水化物 62.8 g 食塩 1.2 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう おにぎり きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 460 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 14.6 g 炭水化物 62.0 g 食塩 1.2 g</p>	<p>くだもの きゅうにゅう むしぼん きゅうにゅう</p> <p>エネルギー 582 kcal 蛋白質 15.0 g 脂質 11.7 g 炭水化物 96.8 g 食塩 1.2 g</p>	<p>くだもの おかし</p> <p>エネルギー 386 kcal 蛋白質 8.6 g 脂質 9.3 g 炭水化物 52.5 g 食塩 0.8 g</p>	<p>おたのしみ</p>
30	31					
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">おべんとう</div>					<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">献立作成 大楠暁栄養士</div>
<p>くだもの おかし</p> <p>エネルギー 123 kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 4.4 g 炭水化物 8.4 g 食塩 0.1 g</p>	<p>くだもの おかし</p> <p>エネルギー 151 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 5.8 g 炭水化物 8.4 g 食塩 0.2 g</p>					

★3月予定献立表(3~5歳)★

月	火	水	木	金	土	日					
<p>「おひさまぐみリクエストメニュー!!」 今年度も残り1ヶ月となりました。さて今年度もおひさまぐみによるリクエストメニューが出そろいましたのでランキングを発表したいと思います!!</p> <p>(給食) 1位 あんかけそば、かれーrais 2位 さげごはん 3位 ちゃぶちえ (おやつ) 1位 ぶりん 2位 かりんとう・ふらいどぼてと 3位 みかんゼリー</p> <p>という結果になりました(*^艸^) 他にもやきそばや肉じゃが、ぶどうゼリーにわらびもちとたくさんのリクエストをいただきました! おひさまぐみのみんなと過ごせるのもあとわずか、、、1日1日を大切に過ごしていきたいと思ひます(^^)</p>											
<p>2 かれーrais ごはん すていっくやさい くだもの</p> 				<p>3 とりのてりやき ごはん すばけていーさらだ だいごんのみそしる くだもの</p>		<p>4 ちゃーぼん はくさいのおひたし わかめすーが くだもの</p>		<p>5 ちゃぶちえ ごはん さつまいものおれんじに しゅうまい とうふのみそしる くだもの</p> 	<p>6 やきそば とうふのすましじる くだもの</p> 	<p>7 ひーふしちゅー ごはん くだもの</p> 	<p>8 おべんとう</p> <p>おたのしみ</p> 
<p>ぶりん きゅうにゅう エネルギー 539 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 18.9 g 炭水化物 71.0 g 食塩 1.8 g</p>	<p>ふらいどぼてと きゅうにゅう エネルギー 537 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 18.9 g 炭水化物 69.7 g 食塩 1.9 g</p>	<p>ふるーつよーぐると きゅうにゅう エネルギー 513 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 13.3 g 炭水化物 73.0 g 食塩 1.4 g</p>	<p>じゃことーすと きゅうにゅう エネルギー 601 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 21.2 g 炭水化物 77.7 g 食塩 2.0 g</p>	<p>ぶどうゼリー きゅうにゅう エネルギー 457 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 14.1 g 炭水化物 58.5 g 食塩 1.7 g</p>	<p>おかし エネルギー 454 kcal 蛋白質 11.4 g 脂質 14.5 g 炭水化物 51.2 g 食塩 0.3 g</p>	<p>おたのしみ</p> 					
<p>9 びびんぼっ ごはん きのこじる くだもの</p>	<p>10 まーぼーどろふ ごはん つなさらだ くだもの</p> 		<p>11 ほんぼーぐ ろーるぼん おんやさい ーんすーが くだもの</p> 	<p>12 なしごれん ぶろっこりーのつなまよあえ かおーがー くだもの</p> 	<p>13 あんかけそば ちゅうがめん くだもの</p>	<p>14 ぞつえんしき</p> 	<p>15 おべんとう</p> <p>おたのしみ</p> 				
<p>かりんとう きゅうにゅう エネルギー 503 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 13.9 g 炭水化物 73.1 g 食塩 1.6 g</p>	<p>めろんぼん きゅうにゅう エネルギー 642 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 22.8 g 炭水化物 84.0 g 食塩 1.9 g</p>	<p>すいーとぼてと きゅうにゅう エネルギー 566 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 23.0 g 炭水化物 66.4 g 食塩 2.2 g</p>	<p>はななのこめこくつきー きゅうにゅう エネルギー 602 kcal 蛋白質 13.4 g 脂質 16.9 g 炭水化物 92.2 g 食塩 2.5 g</p>	<p>わらびもち きゅうにゅう エネルギー 677 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 21.8 g 炭水化物 92.0 g 食塩 2.1 g</p>	<p>おかし</p>	<p>おたのしみ</p> 					
<p>16 きりぼしだいごん ごはん ひとしおいわし ーいんなー さつまいものみそしる くだもの</p> 	<p>17 ちらしすし とんじる くだもの</p>	<p>18 さげごはん ぼてとさらだ だいごんのみそしる くだもの</p> 	<p>19 みーとすばけていー やさいさらだ くだもの</p>	<p>20 おべんとう</p>	<p>21 はやしらいす ごはん くだもの</p>	<p>22 おべんとう</p>					
<p>みかんゼリー きゅうにゅう エネルギー 550 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 16.9 g 炭水化物 74.7 g 食塩 1.6 g</p>	<p>かれーぼん きゅうにゅう エネルギー 582 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 17.2 g 炭水化物 77.9 g 食塩 2.0 g</p>	<p>ふれんちとーすと きゅうにゅう エネルギー 601 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 17.7 g 炭水化物 81.2 g 食塩 1.3 g</p>	<p>おかし きゅうにゅう エネルギー 670 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 29.6 g 炭水化物 62.3 g 食塩 1.4 g</p>	<p>おたのしみ</p> 	<p>まかろにきなこ エネルギー 457 kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 11.4 g 炭水化物 72.9 g 食塩 1.1 g</p>	<p>おたのしみ</p> 					
<p>23 だにんどん ごはん きゅうりのちゅうかふうつけもの ちくわのいそべあげ くだもの</p>	<p>24 ぶりのてりやき ごはん ぼんぼんじーさらだ かぼちやのみそしる くだもの</p> 	<p>25 にくじゃが ごはん ぶろっこりーのかつおあえ かきたまじる くだもの</p>	<p>26 にこみうどん うどん さつまいものてんぷら くだもの</p>	<p>27 こむがーかれー ごはん すていっくやさい くだもの</p> 	<p>28 ぶたのしょうがやきどん ごはん もやしすーが くだもの</p> 	<p>29 おべんとう</p>					
<p>きやろっとけーき きゅうにゅう エネルギー 686 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 23.1 g 炭水化物 95.0 g 食塩 1.3 g</p>	<p>かるびすせりー きゅうにゅう エネルギー 461 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 13.7 g 炭水化物 62.9 g 食塩 1.4 g</p>	<p>ごほうすていっく きゅうにゅう エネルギー 553 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 17.6 g 炭水化物 71.5 g 食塩 2.0 g</p>	<p>おにぎり きゅうにゅう エネルギー 522 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 16.7 g 炭水化物 68.7 g 食塩 1.7 g</p>	<p>むしぼん きゅうにゅう エネルギー 733 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 13.6 g 炭水化物 124.2 g 食塩 1.6 g</p>	<p>おかし</p>	<p>おたのしみ</p> 					
<p>30 おべんとう</p>	<p>31 おべんとう</p>					<p>献立作成 大楠眸栄養士</p>					
<p>おかし エネルギー 114 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 5.8 g 炭水化物 0.0 g 食塩 0.2 g</p>	<p>おかし エネルギー 114 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 5.8 g 炭水化物 0.0 g 食塩 0.2 g</p>										