



3月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (金)	麦茶 ウエハース	鶏肉の煮物 温野菜 すまし汁 おかゆ	米・豆腐	鶏肉	玉葱・人参・油菜 もやし・わかめ	麦茶 ボーロ
2 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ ミニゼリー 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・ミニゼリー	
4 (月)	麦茶 マンナ	そばろがゆ 温野菜 みそ汁	米・みそ	鶏挽肉	ほうれん草・大根・きゅうり もやし・人参	麦茶 蒸しパン
5 (火)	麦茶 バナナ	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん	しらす	玉葱・人参・小松菜 キャベツ・きゅうり	麦茶 食パン
6 (水)	麦茶 かぼちゃクッキー	～お弁当をお願いします～				麦茶 お野菜せんべい
7 (木)	麦茶 小魚せんべい	食パン オレンジ スープスパゲティ	食パン・スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・わかめ オレンジ	麦茶 ボーロ
8 (金)	麦茶 ボーロ	鶏肉の煮物 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・わかめ	麦茶 バナナ
9 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜がゆ きゅうり 麦茶	米	しらす	キャベツ・もやし・玉葱 人参・きゅうり	
11 (月)	麦茶 ウエハース	肉じゃが 納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・納豆・みそ	豚肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・大根	麦茶 食パン
12 (火)	麦茶 さつま芋	味噌煮込みうどん 温野菜 ミニゼリー	ゆでうどん・じゃが芋	鶏肉	大根・人参・玉葱 かぶ・きゅうり・ミニゼリー	麦茶 いちご
13 (水)	麦茶 お野菜せんべい	肉じゃが 温野菜 おかゆ	米・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 鉄入りビスケット
14 (木)	麦茶 マンナ	食パン ミニゼリー トマトスープ	食パン・じゃが芋	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・ミニゼリー きゅうり	麦茶 おかががゆ
15 (金)	麦茶 オレンジ	たらの煮つけ 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	たら	人参・大根・もやし きゅうり	麦茶 小魚せんべい



3月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
18 (月)	麦茶 マンナ	そばろがゆ 南瓜サラダ スープ おかゆ	米	鶏挽肉	南瓜・きゅうり・ほうれん草 もやし・人参・玉葱	麦茶 ウエハース
19 (火)	麦茶 小魚せんべい	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・小松菜 もやし・きゅうり	麦茶 鉄入りビスケット
21 (木)	麦茶 お野菜せんべい	食パン オレンジ 野菜スープ	食パン・マカロニ	鶏肉	玉葱・人参・もやし キャベツ・オレンジ	麦茶 焼き芋
22 (金)	麦茶 ボーロ	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー
23 (土)	麦茶 ハイハイン	パン ミニゼリー 麦茶	パン		ミニゼリー	
25 (月)	麦茶 マンナ	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり・大根	麦茶 ボーロ
26 (火)	麦茶 バナナ	豆腐のそばろ煮 マカロニサラダ みそ汁 おかゆ	米・豆腐・ふ・マカロニ みそ	豚挽肉	玉葱・人参・きゅうり キャベツ	麦茶 蒸しパン
27 (水)	麦茶 ボーロ	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏肉	キャベツ・きゅうり・もやし 人参	麦茶 小魚せんべい
28 (木)	麦茶 お野菜せんべい	豚肉のみそ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	豚肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり	麦茶 蒸しパン
29 (金)	麦茶 ウエハース	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり	麦茶 お野菜せんべい
30 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ ミニゼリー 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・ミニゼリー	

