



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 (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	
3 (月)	麦茶 ボーロ	キャロットがゆ 鶏肉の煮物 すまし汁	米・豆腐	鶏肉	人参・油菜・もやし わかめ	麦茶 お野菜ボーロ
4 (火)	麦茶 バナナ	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 蒸しパン
5 (水)	麦茶 小魚せんべい	～ おべんとうをおねがいます～				麦茶 鉄入りビスケット
6 (木)	麦茶 かぼちゃクッキー	食パン オレンジ 野菜スープ	食パン・マカロニ	鶏肉	玉葱・キャベツ・人参 もやし・オレンジ	麦茶 ボーロ
7 (金)	麦茶 鉄入りビスケット	炒り豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	しらす	玉葱・人参・もやし きゅうり	麦茶 蒸しパン
8 (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	人参・玉葱・ミニゼリー	
10 (月)	麦茶 マンナ	マーボー豆腐 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐・ふ	豚挽肉	人参・きゅうり・もやし 玉葱	麦茶 パン
11 (火)	麦茶 さつまいも	煮込みうどん 温野菜 バナナ	ゆでうどん	豚挽肉	玉葱・人参・ほうれん草 バナナ	麦茶 しらすがゆ
12 (水)	麦茶 かぼちゃクッキー	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 きゅうり・もやし・大根	麦茶 蒸しパン
13 (木)	麦茶 小魚せんべい	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 じゃがいも
14 (金)	麦茶 ボーロ	キャロットがゆ 鶏肉の照り焼き スープ	米・ふ	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 バナナ
15 (土)	麦茶 ハイハイン	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	



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	
17 (月)	麦茶 マンナ	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 もやし・きゅうり	麦茶 ゼリー
18 (火)	麦茶 オレンジ	鶏肉の煮物 温野菜 すまし汁 おかゆ	米・じゃが芋・豆腐	鶏肉	玉葱・人参・小松菜 きゅうり・もやし・わかめ	麦茶 蒸しパン
19 (水)	麦茶 ボーロ	そぼろ煮 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	キャベツ・人参・玉葱 もやし・きゅうり	麦茶 お野菜せんべい
21 (金)	麦茶 ウエハース	食パン ポテトサラダ 鶏肉の煮物 トマトスープ	食パン・じゃが芋	鶏肉	きゅうり・人参・キャベツ 玉葱・もやし・トマトジュース	麦茶 バナナ
22 (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	
24 (月)	麦茶 お野菜せんべい	そぼろがゆ 温野菜 みそ汁	米	鶏挽肉	ほうれん草・きゅうり・人参 もやし・玉葱	麦茶 ボーロ
25 (火)	麦茶 マンナ	鶏肉の煮物 ポテトサラダ スープ おかゆ	米・じゃが芋・豆腐	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり わかめ	麦茶 バナナ
26 (水)	麦茶 小魚せんべい	松風焼き 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 焼き芋
27 (木)	麦茶 かぼちゃクッキー	煮込みうどん 南瓜の煮物	ゆでうどん	しらす	大根・人参・南瓜 きゅうり	麦茶 おかかがゆ
28 (金)	麦茶 ボーロ	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ	米・ふ	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 鉄入りビスケット
29 (土)	麦茶 ハイハイン	パン ミニゼリー 麦茶	パン		ミニゼリー	
31 (月)	麦茶 ウエハース	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・ふ・みそ	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 小魚せんべい

