



3月ようちえんメニュー

春はもうすぐやってくる！
しっかり食べて楽しもう♪



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび



<p>1日</p>  <p>さわら磯辺焼き 豆腐ナゲット そぼろ肉じゃが</p> <p>カロリー 440kcal たんぱく質 14.1g</p>	<p>2日</p>  <p>チキン味噌マヨ焼き スマイルポテト 中華旨煮</p> <p>カロリー 449kcal たんぱく質 12.7g</p>	<p>3日</p>  <p>エビフライ 焼きハム 菜の花とツナのスパゲッティ</p> <p>カロリー 449kcal たんぱく質 11.8g</p>		
<p>6日</p>  <p>チキンカレー カニカマコーンサラダ プチケーキメープル</p> <p>カロリー 429kcal たんぱく質 10.5g</p>	<p>7日</p>  <p>豚肉入りコロッケ きんぴらごぼう ツナサラダ</p> <p>カロリー 442kcal たんぱく質 9.0g</p>	<p>8日</p>  <p>ポークチャップ もやしのナムル ブロッコリーの香り大豆和え</p> <p>カロリー 433kcal たんぱく質 13.2g</p>	<p>9日</p>  <p>プレーンオムレツ チキンナゲット マカロニナポリタン</p> <p>カロリー 443kcal たんぱく質 12.5g</p>	<p>10日</p>  <p>サバ塩焼き 切干大根煮 和風ポテトサラダ</p> <p>カロリー 415kcal たんぱく質 15.7g</p>
<p>13日</p>  <p>ハンバーグマトソース フライドポテト ひじきの炒り煮</p> <p>カロリー 449kcal たんぱく質 10.1g</p>	<p>14日</p>  <p>あじ照り焼き ホタテフライ 焼きそば</p> <p>カロリー 420kcal たんぱく質 15.1g</p>	<p>15日</p>  <p>炊き込みご飯 星のコロッケ ポイルフランク ほうれん草のシラス和え</p> <p>カロリー 431kcal たんぱく質 12.2g</p>	<p>16日</p>  <p>鶏の唐揚げ ハートかまぼこ 大豆の五目煮</p> <p>カロリー 421kcal たんぱく質 14.9g</p>	<p>17日</p>  <p>かぼちゃグラタン ポークシューマイ 白菜と鶏肉の胡麻煮</p> <p>カロリー 464kcal たんぱく質 12.5g</p>
<p>20日</p>  <p>わかめごはん チキン照り焼き ポイルウイナー シェルマカロニサラダ</p> <p>カロリー 422kcal たんぱく質 13.3g</p>	<p>21日</p>  <p>春分の日</p>	<p>22日</p>  <p>シーフードカレー ハムサラダ パイ缶</p> <p>カロリー 418kcal たんぱく質 14.0g</p>	<p>23日</p>  <p>豚肉の生姜炒め ポイルキャベツ 海の野菜のサラダ</p> <p>カロリー 435kcal たんぱく質 12.5g</p>	<p>24日</p>  <p>チキンカツ 焼きビーフン 筑前煮</p> <p>カロリー 420kcal たんぱく質 11.0g</p>
<p>27日</p>  <p>イカフライ 肉野菜炒め カリフラワーサラダ</p> <p>カロリー 441kcal たんぱく質 13.6g</p>	<p>28日</p>  <p>鶏のごま照り焼き 厚焼き卵 ポークビーンズ</p> <p>カロリー 455kcal たんぱく質 17.0g</p>	<p>29日</p>  <p>とんかつ パスタソテー ひじきとツナのサラダ</p> <p>カロリー 446kcal たんぱく質 14.3g</p>	<p>30日</p>  <p>サバ西京漬け竜田揚げ 青菜ともやしのお浸し 鶏と大根の煮物</p> <p>カロリー 413kcal たんぱく質 13.1g</p>	<p>31日</p>  <p>ハンバーグ照り焼きソース ポテトソテー ハムとコーンの白和え</p> <p>カロリー 415kcal たんぱく質 11.5g</p>

★材料の入荷の都合により、一部献立を変更する場合がございますので、ご了承ください。
 ★食品衛生の為、お弁当は風通しの良い涼しい場所で保管し、お早めにお召し上がり下さい。
 ★魚料理は骨抜きしておりますが、万一の事を考え召し上がるよう、ご指導ください。
 ★お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございます。

給食センターからのお願いです。

お使いになれる箸・スプーン・フォークには記名をお願い致します。
 スペースがございましたら幼稚園名もご記入いただけますと
 迷子の際お戻しやすくなります。ご協力お願い致します。



●お問い合わせ●

協同組合 多摩給食センター
 羽村市神明台2-5-36 献立・編集 管理栄養士 小林
 TEL: 042-554-1002 FAX: 042-554-1213