

3月もみじの家献立カレンダー

		行事	主食	献立名		おやつ
1	土					
2	日					
3	月			●黒豆寿司 鶏肉の照り焼き ばち汁 いちご	 	♥ロールケーキ
4	火	3歳児健康診査 		食パン ♥ミートローフ ♥わかめとコーンのソテー ごぼうサラダ 雑穀スープ		♥鉄分おにぎり
5	水			ごはん 魚の西京焼き かぼちやのソテー 小松菜の磯和え 黄二豆のすまし汁		♥肉まん 牛乳
6	木	1歳6か月児健康診査 		♥カレーライス フレンチサラダ 果物(季節の柑橘類)		にんじんゼリー かんぱん
7	金			赤米ごはん 麻婆豆腐 ♥●ちくわの磯辺焼き ほうれん草のナムル ♥中華風スープ		♥●きなこキャラメルラス ク 牛乳
8	土					
9	日					
10	月			ごはん 豚肉のカレー風味焼き ●田作り ●はりはり漬け 豆腐のみそ汁		おたのしみ 牛乳
11	火			コッペパン ♥マカロニグラタン 人参の甘煮 おからサラダ 具だくさんスープ		真珠蒸し
12	水	2歳6か月児歯科健診 		ごはん ♥鮭の塩焼き 大根のそぼろ煮 青じそサラダ のりのみそ汁		♥●コーンフレーククッ キー 牛乳
13	木			♥牛肉ごぼうごはん 白菜のおかか和え 厚揚げのみそ汁 果物(りんご)		♥チーズケーキ 牛乳
14	金	育児相談 		もち麦ごはん ♥●鶏の唐揚げ 高野豆腐の煮物 キャベツのゆかり和え 里芋のみそ汁		♥しょうゆラーメン
15	土					
16	日					

17	月		 ごはん ♥●ししゃもの素焼き 炊き合わせ わかめの酢の物 じゃがいものみそ汁	 おたのしみ 牛乳	
18	火		 食パン チリコンカーン 茹でさつまいも ビーファンサラダ レタススープ	ぼたもち	
19	水	乳児健康診査 	 ごはん 魚の和風ステーキ ひきなირ キャベツの塩昆布和え ♥豚汁	♥シナモンロール 牛乳	
20	木	春分の日			
21	金		 麦ごはん 鶏肉と納豆の炒め物 ♥●レバーかりんとう ひじきとツナのサラダ かみなり汁	 みたらし団子	
22	土				
23	日				
24	月		 ごはん みそ焼肉 卵の花 もやしとちくわの和え物 もずくのすまし汁	おたのしみ 牛乳	
25	火		 食パン 鶏肉のマーメレード焼き ジャーマンポテト キャロットサラダ チンゲン菜とえのきのスープ	♥チャーハンおにぎり	
26	水		 ごはん ♥鯖の塩焼き 金時豆の煮物 青菜のねばねば和え あさりのみそ汁	♥お好み焼き	
27	木		 ♥親子丼 ブロッコリーのしらす和え 果物	♥米粉と豆腐のブラウ ニー 牛乳	
28	金		 雑穀ごはん 豚肉のしょうが焼き 五目春雨 青菜とえのきの和え物 玉ねぎのみそ汁	♥ジャムサンド 牛乳	
29	土				
30	日				
31	月		 ごはん 豚肉のねぎ焼き ひじきの煮物 ●切干しサラダ 豆乳みそ汁	 おたのしみ	

ごはんの日  パンの日  赤磐市保健行事  かみかみメニュー(●)	夕食もりもりデー  旬の食材(下線) リクエストメニュー ♥
---	---

*食材などの都合により献立を変更することがあります