

3月 行事予定表

R7 大沢幼稚園

日付	曜日	予 定	年 長	年 中	年 少	年 少 々	0、1歳児
1	土						
2	日						
3	月			文字			
4	火	誕生会 					
5	水	年長お別れ遠足	お別れ遠足・お弁当 新江ノ島水族館	お弁当	お弁当 リトミック	お弁当・給食(2号児) リトミック	給食 リトミック
6	木	0歳ベイベー(10:30～)			リトミック	リトミック	リトミック(1歳)
7	金	内科健診(対象者) テストメール	ハッピールーム		ハッピールーム	ハッピールーム	
8	土						
9	日						
10	月			さくら組:美術			
11	火			たんぽぽ組:美術			
12	水	1時間短縮保育・避難訓練 保育料等引き落とし	※おにぎり2個持参・汁物が出ます ※みつばち組は給食				
13	木	1.2歳ベイベー(10:30～)			スイミング		
14	金				リトミック	リトミック	リトミック(1歳)
15	土						
16	日						
17	月	半日保育					
18	火	卒園式 在園児休園(りす組・保育有)					
19	水	半日保育・修了式					
20	木	春分の日					
21	金	年少・年中・年長 朝チャレンジ					
22	土						
23	日						
24	月						
25	火	年少・年中・年長 朝チャレンジ					
26	水	年中・年長 朝チャレンジ					
27	木						
28	金						
29	土						
30	日						
31	月						

【朝チャレンジ】について

詳しくは連絡アプリにて
お知らせいたします。

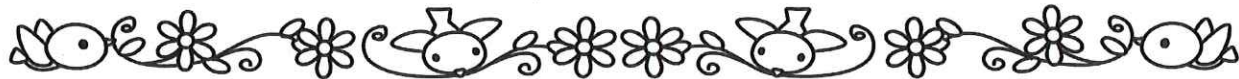


R7年度【4月予定表】

- 7日(月) 入園式 半日保育
- 8日(火) 始業式 半日保育
- 9日(水) 半日保育 年長懇談会
- 10日(木) 半日保育 年中懇談会
- 11日(金) 半日保育 年少懇談会
- 14日(月) 半日保育 年少々懇談会
- 15日(火) 半日保育
- 16日(水) 尿検査配布・年長スイミング
- 17日(木) 尿検査回収
- 18日(金) 尿検査回収予備日
- 19日(土) 春のおまつり
- 21日(月) 春のおまつり代休
- 23日(水) 一時間短縮保育・避難訓練
- 24日(木) 誕生会
- 30日(水) 半日保育

※個人面談があります。(12日～26日)
詳しい日程についてはクラスから追っ
てお知らせいたします。

※予定が変更になる場合は追ってお知らせいたします。



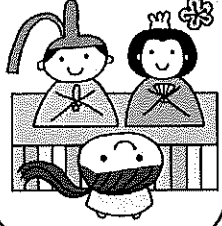
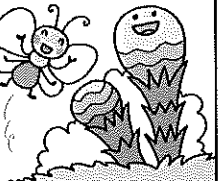
3月

ようちえんのおべんとう



れいわ7ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

3 げつ とりにくのてりやき パセリスパ なのはなのあえもの エビチリふう フルーツ ふりかけごはん 424kcal/12.0g	4 か カツに あおなソテー さつまあげ ふかしいも だいこんグラッセ フルーツ しろごはん 418kcal/9.7g	5 すい チキンカツ トマトスパ はるやさいの クリームに フルーツ しろごはん 434kcal/11.8g	6 もく マーボーなす バンバンジー あげぎょうざ フルーツ しろごはん 407kcal/10.2g	7 きん とりにくのからあげ やきそば ゆでもろこし ブロッコリー タコウインナー フルーツ おにぎり 406kcal/11.3g
10 げつ エンゼルカレー エビフライ ★えだまめとコーンのソテー やきとり ふかしいも フルーツ しろごはん 439kcal/12.0g	11 か きょうりゅうチキンナゲット キャベツソテー ポテトサラダ さくらしゅうまい あつあげに フルーツ しろごはん 417kcal/10.3g	12 すい ホイコーロー ミートボール ブロッコリー エビフリッター フルーツ しろごはん 411kcal/10.8g	13 もく チキンピカタ フライドポテト ポークチャップ フルーツ しろごはん 429kcal/14.3g	14 きん ぶたにくのしょうがやき マカロニソテー ちくわのてんぷら あおないため ほしがたしんじょうに フルーツ しろごはん 419kcal/11.2g
17 げつ やわらかイカてんぷら れんこんきんぴら あおなのあえもの こふきいも きんちゃくに フルーツ しろごはん 427kcal/9.2g	18 か セサミチキン わふうしょうゆスパ キャベツとあげのおひたし グリーンピースほうてん はながんもに フルーツ しろごはん 421kcal/14.2g	19 すい カレーコロッケ ★えだまめと にんじんのグラッセ オーロラサラダ タコウインナー フルーツ しろごはん 406kcal/9.6g	20 もく しゅんぶんのひ 	21 きん はるまき いんげんソテー チャプチェふう あかかぶさつま フルーツ しろごはん 417kcal/10.0g
24 げつ メンチカツ ビーフンいため やさいのしおこんぶあえ ちぐさやき とりつくね フルーツ おにぎり 421kcal/10.9g	25 か とりにくのやながわふう ほうれんそういため おからポテト エビボール フルーツ しろごはん 401kcal/15.3g	26 すい さかなのたつたあげ きんぴらごぼう やきとり グリーンピースほうてん にんじんに フルーツ しろごはん 415kcal/10.2g	27 もく とりにくのからあげ ケチャップマカロニ きりぼしだいこんに にくだんご フルーツ しろごはん 424kcal/9.9g	28 きん カレーライス (とんかつ) フルーツ 410kcal/8.5g
31 げつ てりやきハンバーグ にくやさしいため ホイールマカロニサラダ ほしがたハムステーキ フルーツ とうふパン/コロッケ 369kcal/10.7g				

★カロリー量とタンパク質量は(kcal/g)で表記しております。

★魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がって下さい。

★迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前前の記入を必ずお願い致します！

★練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのでご安心してお召し上がりいただけます。

★おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！！

★唐揚げ・チキンステーキ等の鶏肉において、肉の成分の反応により加熱後でも赤みが残る場合があります。また、飼育時の打ち身や玉葱等野菜の成分によるものもあります。気になる場合はご連絡ください。

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。

2025年

3

MARCH

Angel Foods
エンゼルフーズグループ

目玉メニュー

3月6日(木) 麻婆なす

なすに含まれるカリウムやポリフェノールは水溶性のため、水に溶け出てしまいます。スチーム調理や揚げることで栄養素の流出を防ぐことができます。お子様向けに味付けを調整した甘辛肉みそと合わせることで食べやすくしています。

3月28日(木) カレーライス

カレーと言えばインドを想像しますが、日本にはイギリスを通じて伝えられました。そのため、インドやイギリスとは違う、日本人が好むカレーに改良されました。今日の給食はボークカレーとカツカレーですが、ぜひ「日本のカレー」を味わってください。

げつようび

とりにくのてりやき
パセリスパ
なのはなのあえもの
エビチリふう
フルーツ
ふりかけごはん*エネルギー 424 kcal
*タンパク質 12.0 g
*脂質 9.8 g
*塩分 1.3 g

かようび

カツに
あおなソテー
さつまあげ
ふかしいも
だいこんグラッセ
フルーツ
しろごはん*エネルギー 418 kcal
*タンパク質 9.7 g
*脂質 10.1 g
*塩分 1.5 g

すいようび

チキンカツ
トマトスパ
はるやさいのクリームに
フルーツ
しろごはん*エネルギー 434 kcal
*タンパク質 11.8 g
*脂質 10.2 g
*塩分 1.7 g

もくようび

マーボーなす
パンパンジー
あげきょうざ
フルーツ
しろごはん*エネルギー 407 kcal
*タンパク質 10.2 g
*脂質 12.4 g
*塩分 1.2 g

きんようび

とりにくのからあげ
やきそば
ゆでもち
ブロッコリー
タコウインナー
フルーツ
おにぎり*エネルギー 406 kcal
*タンパク質 11.3 g
*脂質 10.0 g
*塩分 1.5 gエンゼルカレー
エビフライ
えだまめと
コーンのソテー
やきとり・ふかしいも
フルーツ
しろごはん*エネルギー 439 kcal
*タンパク質 12.0 g
*脂質 12.8 g
*塩分 1.5 gきょうりゅう
チキンナゲット
キャベツソテー
ポテトサラダ
さくらしゅうまい
あつあげに・フルーツ
しろごはん*エネルギー 417 kcal
*タンパク質 10.3 g
*脂質 12.5 g
*塩分 1.6 gホイコーロー
ミートボール
ブロッコリー
エビフリッター
フルーツ
しろごはん*エネルギー 411 kcal
*タンパク質 10.8 g
*脂質 11.0 g
*塩分 1.3 gチキンピカタ
フライドポテト
ボークチャップ
フルーツ
しろごはん*エネルギー 429 kcal
*タンパク質 14.3 g
*脂質 17.8 g
*塩分 1.5 gふたにくのしょうがやき
マカロニソテー
ちくわのてんぷら
あおないため
ほしがたしじょうに
フルーツ
しろごはん*エネルギー 419 kcal
*タンパク質 11.2 g
*脂質 11.4 g
*塩分 1.6 gやわかいカでんぶら
れんこんさんびら
あおなのあえもの
こふさいも
きんちゃくに
フルーツ
しろごはん*エネルギー 427 kcal
*タンパク質 9.2 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.0 gセサミチキン
わふうしょうゆスパ
キャベツと
あげのおひたし
グリーンピースほうてん
はながんもに・フルーツ
しろごはん*エネルギー 421 kcal
*タンパク質 14.2 g
*脂質 9.8 g
*塩分 1.6 gカレーコロッケ
えだまめとにんじんの
グラッセ
オーロラサラダ
タコウインナー
フルーツ
しろごはん*エネルギー 406 kcal
*タンパク質 9.6 g
*脂質 11.3 g
*塩分 1.1 g

しゅんぶんのひ

はるまき
いんげんソテー
チャプチェふう
あかかぶさつま
フルーツ
しろごはん*エネルギー 417 kcal
*タンパク質 10.0 g
*脂質 10.7 g
*塩分 1.6 gメンチカツ
ビーフいため
やさしいおこんぶあえ
ちくざやき
とりつくね
フルーツ
おにぎり*エネルギー 421 kcal
*タンパク質 10.9 g
*脂質 10.6 g
*塩分 1.6 gとりにくのやながわふう
ほうれんそういため
おからポテト
エビボール
フルーツ
しろごはん*エネルギー 401 kcal
*タンパク質 15.3 g
*脂質 9.3 g
*塩分 1.4 gさかなのたつたあげ
きんぴらごぼう
やきとり
グリーンピースほうてん
にんじんに
フルーツ
しろごはん*エネルギー 415 kcal
*タンパク質 10.2 g
*脂質 9.6 g
*塩分 1.4 gとりにくのからあげ
ケチャップマカロニ
きりほだいこんに
にくだんご
フルーツ
しろごはん*エネルギー 424 kcal
*タンパク質 9.9 g
*脂質 10.4 g
*塩分 1.5 gカレーライス
フルーツ*エネルギー 410 kcal
*タンパク質 8.5 g
*脂質 13.3 g
*塩分 1.6 gてりやきハンバーグ
にくやさしいため
ホイールマカロニサラダ
ほしがたハムステーキ
フルーツ
とうふパン/コロッケ*エネルギー 369 kcal
*タンパク質 10.7 g
*脂質 18.8 g
*塩分 1.7 g

ひとくちメモ

ビタミンUを含む春キャベツは生で食べると効果的!?

キャベツは、一年を通して出荷されていますが、春を中心に出荷しているものを春キャベツといいます。春キャベツは、葉がみずみずしく、巻きがゆるいのが特徴です。ビタミンやミネラルを豊富に含んでいますが、特に注目するのがビタミンUです。ビタミンUは、胃粘膜の新陳代謝を活性化させる効果や、過剰な胃酸の分泌を抑える効果があります。水に溶けやすく、熱に弱い性質があるので、できるだけ生で食べるとことで効率よく摂取することができます。





令和7年3月みつばちぐみきゅうしょく



月	火	水	木	金	土
					1 わかめうどん さつまいもの甘煮 みかんの缶詰 236kcal/5.0g
3 花型豆腐ハンバーグ マカロニサラダ ごはん ほうれん草のスープ 三色花ゼリー 336kcal/7.1g	4 チキンカレー コールスローサラダ ごはん バナナ 424kcal/8.6g	5 タラの煮物 野菜の塩昆布和え ごはん 小松菜の味噌汁 黄桃の缶詰 281kcal/14.1g	6 肉野菜炒め ひじきの煮物 ごはん ほうれん草の味噌汁 オレンジ 326kcal/10.9g	7 鶏肉じゃが いんげんのごま和え ごはん おふの味噌汁 白桃の缶詰 320kcal/9.3g	8 ナポリタン フライドポテト（コンソメ） オニオンスープ みかんの缶詰 300kcal/8.3g
10 和風ハンバーグ かみかみサラダ ごはん 大根とお麩の味噌汁 白桃の缶詰 371kcal/10.5g	11 豚肉とさつまいもの甘辛和え ひじきの煮物 ごはん 大根の味噌汁 りんご 364kcal/9.4g	12 肉野菜炒め ひじきの煮物 ごはん ほうれん草の味噌汁 黄桃の缶詰 345kcal/10.9g	13 鶏そぼろとコーンの二色丼 キャベツとコーンの塩昆布和え 油揚げの味噌汁 オレンジ 314kcal/13.7g	14 豚肉の生姜焼き はるさめサラダ ごはん オニオンスープ みかんの缶詰 426kcal/11.9g	15 こぎつねうどん 肉団子煮 黄桃の缶詰 269kcal/8.4g
17 煮物 野菜の塩昆布和え ごはん おふの味噌汁 パインの缶詰 263kcal/12.0g	18 ポークカレー マカロニサラダ ごはん バナナ 445kcal/9.6g	19 ウインナーと小松菜の和風スパゲッティ フライドポテト（コンソメ） すまし汁 白桃の缶詰 276kcal/9.0g	20 祝日	21 肉団子の野菜あんかけ ツナサラダ ごはん 小松菜の味噌汁 黄桃の缶詰 353kcal/9.0g	22 豚丼 おふの味噌汁 みかんの缶詰 318kcal/10.0g
24 照り焼きハンバーグ マカロニのソテー ごはん おふの味噌汁 みかんの缶詰 357kcal/10.6g	25 肉じゃが 青菜のごま和え ごはん おふの味噌汁 りんご 306kcal/8.2g	26 タラの味噌煮 野菜のおかか和え ごはん 油揚げの味噌汁 パインの缶詰 290kcal/13.4g	27 鶏肉のマーマレード焼き はるさめサラダ ごはん 大根の味噌汁 オレンジ 452kcal/14.0g	28 タンドリーチキン コールスローサラダ ごはん ポトフ風スープ 白桃の缶詰 424kcal/14.6g	29 たぬきうどん 肉団子煮 黄桃の缶詰 271kcal/7.2g
31 厚揚げ入りホイコーロー ブロッコリーの中華和え ごはん とうもろこしのスープ 黄桃の缶詰 364kcal/11.6g					



寒さも和らぐ中、新緑までもう少しとなりました。今年度の給食も残りわずかです。一年を通してお子様の食に対する興味や食べれるものは増えたでしょうか？最後まで給食を楽しみのひとつに思ってもらえるよう、安心・安全な給食提供に努めてまいります。残りの期間もどうぞよろしくお願いいたします。

今月は3日にひな祭りメニューを提供いたします。



※献立は、卵・乳が不使用の献立となっております。 また仕入れ食材による献立変更がある場合は事前にお伝えいたします。

カロリー量とタンパク質量は（kcal/g）で表記しております。