様式F106

鶴来第二幼稚園(一般)

2024年03月分の献立

もも組には、午前のおやつとして『豆乳ドリンク』を提供いたします。

★毎日の有機（オーガニック）食材の使用率を葉っぱのマークで表示しています。

4つ ➡ 95％ 使用 以上　3つ ➡ 80～95％ 使用

2つ ➡ 50～80％ 使用　1つ ➡ 50％以下

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
					1 【ひなまつりメニュー】
昼食					ちらし寿司、 菜の花の白味噌和え、 わかめのお澄まし、 ひなあられ
	4	5	6 【お家からのお弁当】	7	8
昼食	キヌアふりかけご飯、 蓮根と厚げの味噌煮、 切干大根と青菜の和え物、 海藻の味噌汁	アマランサスご飯、 豚肉と根菜の中華蒸し、 納豆和え、 玉ねぎの味噌汁		梅じゃこご飯、 春野菜の甘煮、 納豆和え、 菜の花と揚げの味噌汁、いりこ	黒米ご飯、 じゃが芋カレー、 人参ドレッシングサラダ、 オレンジゼリー
	11	12	13 【お家からのお弁当】	14	15 年長組リクエストメニュー
昼食	小豆ご飯、 春の切干大根の煮物、 菜の花の白和え、 園の味噌汁、いりこ	ピラフ、 キャベツのクリーム煮、 人参とひじきのシリシリ、 オニオンスープ、いりこ		梅ご飯、 揚げ豆腐、 菜の花の磯辺和え、 新ごぼうの味噌汁、いりこ	キヌアふりかけご飯、 鮭の麹焼き、 大根と青菜の胡麻和え、 園の味噌汁、豆乳甘酒プリン
	18	19	20 【春分の日】	21 【お家からのお弁当】	22
昼食	雑穀ご飯、 切干大根のチャプチェ風、 Caひじき煮、 じゃが芋の味噌汁	キヌアふりかけご飯、 高野豆腐の煮物、 納豆和え、 海藻ときのこの味噌汁			アマランサスご飯、 鮭のカレーグリル、 納豆和えひじき、 キャベツと厚揚げの味噌汁

鶴来学園は、「オーガニックレストランJAS認証」、「JONA上級レストラン（給食）3つ星」を取得しています。

有機料理取扱 JAS JONA

※ 献立欄の緑色の太字の献立は、有機食材使用率が80％以上です。

※ 食材の仕入れ状況や天候等によりメニューが変更になる場合がございます。

※ このマークがある日は、スプーンを持って来てください。

平均栄養価

エネルギー：406 kcal	たんぱく質：17.4 g	脂　質：13.8 g
カルシウム：324 mg	鉄　分：5.0 g	カリウム：783 mg
食物繊維：8.1 g	食塩相当量：1.6 g	