

# 3月 給食献立表

2025年

日	曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギー たんぱく質
1	土	さつま汁 いわしあげ りんごゼリー	牛 乳 カスタードワッフル	鶏もも・絹ごし豆腐・麦みそ さつま揚げ・普通牛乳 ワッフル	さといも・じゃがいも・オリーブ油 ワッフル	大根・にんじん・西洋かぼちゃ・ごぼう こねぎ・すりおろしりんごゼリー	400kcal 20.5g
3	月	鶏の唐揚げ マカロニサラダ そうめんの味噌汁 ひなゼリー	カルピス ★さくらもち アンパンマンせんべい	鶏もも・鶏卵・ロースハム・麦みそ 煮干し・つぶしあん	かたくり粉・なたね油 マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ 手延そうめん・ひやむぎ・ひなゼリー カルピス・めし・食紅・甘辛せんべい	きゅうり・にんじん・スイートコーン缶詰 プロッコリー・たまねぎ・こねぎ 桜の葉塩漬け	478kcal 16.9g
4	火	照り焼きチキン ごまマヨネーズサラダ 南瓜のみぞ汁 みかん缶	粉 乳 棒チーズ 源氏パイ	鶏もも・ロースハム・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・プロセスチーズ	じゃがいも・マヨネーズ・ごま 源氏パイ	ほうれんそう・にんじん・きゅうり 西洋かぼちゃ・こねぎ・みかん缶詰	421kcal 25.8g
5	水	お子様ランチ ハンバーグ ワインナー スパサラダ スマイルポテト コンソメスープ フルーツカクテル	麦 茶 ロールケーキ(いちご)	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 ワインナー・ロースハム	ふりかけ・パン粉・車糖 マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ フライドポテト・オリーブ油・ゼリー ロールケーキ	たまねぎ・にんじん・キャベツ・青ピーマン きゅうり・パセリ・パインアップル缶詰	410kcal 15.8g
6	木	魚の磯フライ ポテトサラダ 人参&椎茸スープ パイナップル	粉 乳 ☆たこ焼き	鶏卵・あおのり・ロースハム・煮干し 脱脂粉乳・かつお節	白身魚・薄力粉・パン粉・なたね油 じゃがいも・マヨネーズ・たこ焼き	きゅうり・にんじん・プロッコリー・生しいたけ こねぎ・パインアップル缶詰	443kcal 25.6g
7	金	ベーコンクリームシチュー かぼちゃ男爵コロッケ バナナ	粉 乳 ★黄桃フルーツサンド	ベーコン・脱脂粉乳・ホイップクリーム	じゃがいも・コロッケ・なたね油 食パン	たまねぎ・にんじん・はくさい・ぶなしめじ プロッコリー・スイートコーン・バナナ・もも缶詰	498kcal 18.3g
8	土	焼きそば ギョウザ ピーチゼリー	牛 乳 ぼたぼた焼き	豚ばら・蒸しかまぼこ・あおのり 普通牛乳	中華めん・オリーブ油・餃子 なたね油・甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・青ピーマン・キャベツ すりおろしピーチゼリー	483kcal 17.2g
10	月	豚肉の生姜焼き キャベツのソテー 大根と人参のみぞ汁 りんごゼリー	粉 乳 ★マドレーヌ	豚ばら・麦みそ・煮干し・脱脂粉乳 鶏卵・普通牛乳・ホイップクリーム	オリーブ油・ホットケーキミックス 有塩バター・車糖	キャベツ・にんじん・青ピーマン・大根 こねぎ・すりおろしりんごゼリー	457kcal 18.7g
11	火	高野豆腐と野菜の煮物 野菜男爵コロッケ バナナ	粉 乳 ★マヨコントースト	鶏もも・高野豆腐・厚揚げ 蒸しかまぼこ・脱脂粉乳・ベーコン エダムチーズ	さといも・車糖・コロッケ・なたね油 食パン・マヨネーズ	にんじん・さやいんげん・ごぼう・大根 生しいたけ・バナナ・スイートコーン	487kcal 23.6g
12	水	ミートローフ コールスローサラダ きのこスープ パイナップル	麦 茶 元気ヨーグルト 星たべよ煎餅	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・普通牛乳 ロースハム・煮干し	パン粉・車糖・マヨネーズ 元気ヨーグルト・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・さやいんげん キャベツ・きゅうり・スイートコーン・生しいたけ ほんしめじ・えのきたけ・こねぎ パインアップル缶詰	373kcal 18.4g
13	木	魚の香味焼き 中華風酢の物 あおさと人参の味噌汁 みかん缶	粉 乳 ★かりんとう	鶏卵・かに風味かまぼこ・あおさ 煮干し・麦みそ・脱脂粉乳	白身魚・車糖・ごま油・普通はるさめ ごま・ホットケーキミックス・黒砂糖 なたね油	こねぎ・りょくどうもやし・きゅうり・にんじん みかん缶詰	413kcal 23.3g
14	金	ビーフシチュー クリームコロッケ バナナ	粉 乳 ★アップルパイ	牛もも・普通牛乳・脱脂粉乳・鶏卵	じゃがいも・コロッケ・なたね油 パイ皮	たまねぎ・にんじん・グリンピース・バナナ りんご角切り	487kcal 17.0g
15	土	吉野汁 しゅうまい ピーチゼリー	牛 乳 ソフトドーナツ	鶏もも・絹ごし豆腐・しゅうまい 普通牛乳	じゃがいも・さといも・かたくり粉 ドーナツ	大根・にんじん・えのきたけ・生しいたけ 西洋かぼちゃ・こねぎ すりおろしピーチゼリー	402kcal 16.1g
17	月	チキンミラノ焼き マカロニサラダ 野菜スープ みかん缶	粉 乳 ★ジャムサンド	鶏もも・パルメザンチーズ・鶏卵 脱脂粉乳	マヨネーズ・パン粉・マカロニ・スパゲッティ 食パン・いちごジャム・マーガリン	きゅうり・にんじん・プロッコリー・たまねぎ こまつな・みかん缶詰	499kcal 23.7g
18	火	肉じゃが 納豆和え バナナ	粉 乳 ★ココアホットケーキ	豚もも・糸引き納豆・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳・ホイップクリーム	じゃがいも・車糖・オリーブ油 マヨネーズ・ホットケーキミックス 発酵バター・メープルシロップ	たまねぎ・にんじん・さやいんげん キャベツ・にら・りょくどうもやし・バナナ	481kcal 19.5g
19	水	白身魚のマヨネーズ焼き 野菜ソテー えのきの清汁 パイナップル	粉 乳 ブッヂンプリン ミニサラダ煎餅	ベーコン・煮干し・脱脂粉乳	白身魚・マヨネーズ・オリーブ油 カスター油・デイリング・甘辛せんべい	たまねぎ・ほんしめじ・チングンサイ ほうれんそう・にんじん・スイートコーン缶詰 えのきたけ・こねぎ・パインアップル缶詰	438kcal 26.4g
21	金	唐揚げカレー 海老フライ 温野菜 ヤクルト	粉 乳 ★おいもクッキー	鶏もも・ブラックタイガー・鶏卵 脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・じゃがいも 薄力粉・パン粉・ヤクルト ホットケーキミックス・有塩バター・車糖 さつまいも	にんじん・たまねぎ・福神漬・キャベツ きゅうり・スイートコーン缶詰・プロッコリー	586kcal 26.9g
22	土	焼肉パスタ チキンナゲット りんごゼリー	牛 乳 バームクーヘン	豚もも・普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・車糖・ごま チキンナゲット・なたね油 バームクーヘン	たまねぎ・にんじん・青ピーマン ぶなしめじ・すりおろしりんごゼリー	490kcal 16.9g
24	月	ハヤシライス 野菜たっぷり温野菜 ヤクルト	粉 乳 ★ポンポンドーナツ	豚もも・脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	じゃがいも・オリーブ油・ヤクルト ホットケーキミックス・なたね油・粉糖	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ グリンピース・キャベツ・きゅうり スイートコーン缶詰・プロッコリー・トマト	401kcal 18.2g
25	火	豚肉団子スープ ひじきサラダ バナナ	粉 乳 ★ミックスピザ	豚ひき肉・鶏卵・ほしひじき・焼き竹輪 脱脂粉乳・ベーコン・エダムチーズ	かたくり粉・車糖・じゃがいも オリーブ油・マヨネーズ・ピザクラスト	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ・こまつな 大根・キャベツ・きゅうり・バナナ 青ピーマン	426kcal 19.9g
26	水	えびのふわふわ揚げ 海草サラダ 白菜と人参の清汁 ピーチゼリー	粉 乳 ★ヨーグルトケーキ	むきエビ・木綿豆腐・鶏卵・わかめ しらす干し・煮干し・脱脂粉乳 ヨーグルト	やまといも・かたくり粉・なたね油 ホットケーキミックス・車糖・有塩バター	根深ねぎ・きゅうり・にんじん・プロッコリー はくさい・こねぎ・すりおろしピーチゼリー	359kcal 19.7g
27	木	ブリのごま照り焼き ホウレン草の白和え 大根と人参のみぞ汁 みかん缶	粉 乳 ☆肉まん	ぶり・木綿豆腐・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳	ごま・車糖・中華まんじゅう	ほうれんそう・にんじん・大根・こねぎ みかん缶詰	401kcal 27.8g
28	金	鶏の唐揚げ じゃこいり温野菜 あおさと椎茸の清汁 パイナップル	粉 乳 ミニクリームパン	鶏もも・しらす干し・蒸しかまぼこ あおさ・煮干し・脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・クリームパン	キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・生しいたけ パインアップル缶詰	398kcal 22.6g
29	土	ジャジャ麺 海老しゅうまい りんごゼリー	牛 乳 チョイスビスケット	豚ひき肉・麦みそ・しゅうまい 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・車糖・オリーブ油 ビスケット	にんじん・たまねぎ・生しいたけ グリンピース・すりおろしりんごゼリー	486kcal 18.7g

(※このマークの日はご飯はいりません。)

★は手作りおやつです。

・5日(水)お別れ会・お誕生会…お米を0.5合持たせてください。

・22日(土)卒園式…卒園祝菓子(ひまわり組)

※もしも・うめ・さくら・たんぽぽ・つくし組は、通常保育です。

・29日(土)修園式…通常給食です。

※修園記念品を準備しています。(もも・うめ・さくら・たんぽぽ・つくし)

