

3月献立表

令和7年 3月

[未満児]

	1(土)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
9時	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん	牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい
	焼きビーフン 焼きビーフン 大袋 たまねぎ にんじん 青ピーマン 豚ばら キャベツ こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 鶏がらスープ 調味油	バターチキンカレー 米 米粒麦 鶏もも たまねぎ にんじん ほんしめじ 水 トマト缶詰 カレールウ 普通牛乳 無塩バター	麦ご飯 米 米粒麦 ハンバーグ あいびき たまねぎ パン粉 ナツメグ 食塩 こしょう 鶏卵 普通牛乳 ケチャップ ウスターソース 車糖 水	麦ご飯 米 米粒麦 ひじき入り卵焼き 鶏卵 たまねぎ むきえび 鶏ひき肉 ほしひじき こいくちしょうゆ 車糖 清酒 混合だし 調味油	麦ご飯 米 米粒麦 八宝菜 豚もも むきえび こういか はくさい にんじん たまねぎ たけのこ水煮 生しいたけ うずら卵水煮缶詰 調味油 だし うすくちしょうゆ 料理酒 かたくり粉 オイスターソース ごま油 にんにくおろし しょうが 青ピーマン	麦ご飯 米 米粒麦 白身魚フライ すけとうだら 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 調味油 マヨネーズ たまねぎ 鶏卵 パセリ	チキンライス 米 水 コンソメ 鶏もも たまねぎ マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう ケチャップ グリーンピース
昼食	中華スープ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ	キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ロースハム トマト フレッシュレタス	いんげんのソテー さやいんげん パプリカ 食塩 こしょう スイートコーン 調味油	みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	ブロccoliの胡麻和え ブロccoli ごま こいくちしょうゆ 車糖	キャベツと胡瓜の酢の物 キャベツ にんじん きゅうり 穀物酢 食塩 車糖	キャベツゼリー ゼリー
	カップゼリー ゼリー	パインヨーグルト パインアップル缶詰 ヨーグルト	みそ汁 キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ	みそ汁 キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ	シュウマイ(副菜) 豚ひき肉 たまねぎ しょうが こいくちしょうゆ 食塩 こしょう ごま油 しゅうまいの皮 かたくり粉 料理酒	なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし	中華スープ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 せんべい しょうゆせんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ	カルピス 乳酸菌飲料 三色団子 白玉粉 いちごジャム 車糖 クチナシ色素 冰糖みつ	牛乳おやつ 普通牛乳 フレンチトースト フランスパン 普通牛乳 鶏卵 マーガリン 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 スイートポテト さつまいも 車糖 鶏卵 マーガリン 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳 みかんゼリー みかん飲料 寒天 車糖 みかん缶詰	牛乳おやつ 普通牛乳 焼き立てパン(ハム) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 ロースハム	牛乳おやつ 普通牛乳 あられ あられ キャンデーチーズ キャンデーチーズ
	成分値 エネルギー : 431 kcal 脂質 : 17.4 g たんぱく質 : 14.5 g 塩分 : 0.8 g カルシウム : 294 mg	632 kcal 15.4 g 17.0 g 1.5 g 256 mg	577 kcal 21.1 g 22.8 g 1.9 g 296 mg	460 kcal 16.5 g 19.1 g 1.3 g 341 mg	549 kcal 19.2 g 20.0 g 1.3 g 270 mg	504 kcal 18.0 g 20.9 g 2.0 g 237 mg	494 kcal 14.8 g 17.2 g 1.2 g 288 mg
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	17(月)
9時	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 スナックパン スナックパン	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 おやつつりこ(朝) かえりちりめん	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク
	シーフードピラフ 米 むきえび たまねぎ グリーンピース にんじん コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 貝柱 調味油	じゃーチャー麺 中華めん 食塩 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ ごま油 鶏がらスープ にんにくおろし しょうが 豚もも 車糖	焼肉丼 米 米粒麦 牛もも にんじん キャベツ りよくとろもやし たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが	納豆ごはん 米 米粒麦 糸引き納豆 こいくちしょうゆ さばの塩焼き まさば 食塩 高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 生しいたけ 鶏卵 グリーンピース 混合だし 車糖 こいくちしょうゆ にんじん	★誕生会・お別れ会★ 赤飯 米 もち米 あずき 食塩 黒ごま 鶏の磯部揚げ 鶏もも 食塩 こしょう かたくり粉 調味油 清酒 あおのり 薄力粉	ナポリタン マカロニ・スパゲッティ 皮つきウインナー たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 青ピーマン 調味油 食塩 こしょう ケチャップ ウスターソース コンソメ	フランスパン フランスパン ビーフシチュー 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム水煮缶詰 ビーフシチュー コンソメ スイートワイン
具たくさんスープ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきウインナー 食塩 こしょう コンソメ	水 赤だしみそ オイスターソース 清酒 かたくり粉 葉ねぎ スイートコーン	中華風コンソメ 鶏卵 スイートコーン缶詰 たまねぎ パセリ だし かたくり粉 食塩	豚汁 豚もも 大根 板こんにゃく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし	ポテトサラダ じゃがいも きゅうり ロースハム にんじん たまねぎ マヨネーズ	コンソメスープ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ 食塩	キャベツゼリー ゼリー	ブロccoliとツナのサラダ ブロccoli まぐろ缶詰 スイートコーン マヨネーズ 食塩 こしょう
フルーツ ...	ヨーグルト(ブルーベリーソース) ヨーグルト ブルーベリージャム	フルーツ(みかん缶) みかん缶詰	すまし汁 ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 葉ねぎ	フルーチェ 普通牛乳 フルーチェミックス	フルーツ 普通牛乳 フルーチェミックス	桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト	
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 ツナサンド 食パン マーガリン まぐろ缶詰 マヨネーズ	麦茶 麦茶 おにぎり(かつお梅)おやつ 米 梅干し きずり おやつつりこ かえりちりめん	牛乳おやつ 普通牛乳 マシュマロおこし マシュマロ マーガリン コーンフレーク	牛乳おやつ 普通牛乳 焼きそば(おやつ) 蒸し中華めん 調味油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり	牛乳おやつ 普通牛乳 りんごケーキ りんご グラニュー糖 薄力粉 ベーキングパウダー 車糖 鶏卵 マーガリン レモン	牛乳おやつ 普通牛乳 ビスコ ビスコ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	麦茶 麦茶 スープご飯 米 豚ひき肉 キャベツ 青ピーマン 鶏卵 だし こいくちしょうゆ かたくり粉 調味油
	成分値 エネルギー : 546 kcal 脂質 : 19.9 g たんぱく質 : 22.0 g 塩分 : 2.2 g カルシウム : 290 mg	456 kcal 13.1 g 21.8 g 2.4 g 287 mg	549 kcal 15.8 g 17.0 g 0.7 g 247 mg	569 kcal 23.2 g 29.1 g 1.8 g 342 mg	670 kcal 32.1 g 26.2 g 1.8 g 327 mg	478 kcal 19.6 g 16.6 g 1.5 g 294 mg	538 kcal 17.2 g 21.3 g 1.3 g 212 mg

\*都合により献立を変更することがあります。

3月献立表

令和7年 3月

[未満児]

	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	24(月)	25(火)
9時	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん		牛乳 普通牛乳 バナナ バナナ		牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ
	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	★ 祝 日 ★	麦ご飯 米 米粒麦	★ 卒園式 ★	ロールパン ロールパン ひき肉のトマトグラタン	三色丼 米 米粒麦 鶏ひき肉 こいくちしょうゆ 料理酒 車糖 料理酒 鶏卵 車糖 食塩 調合油 さやいんげん しょうが
昼食	さわらの塩こうじ焼き さわら 塩麹	中華風ローストチキン 鶏もも たまねぎ しょうが にんにくおろし 本みりん ごま ごま油 こいくちしょうゆ		竹輪とウィンナーの天ぷら 煮込み竹輪 ポールウィンナー プレミックス粉 なたね油		大豆のスープ スイートコーン缶詰 じゃがいも たまねぎ にんじん 水 コンソメ 豆乳 食塩	ほうれん草と白菜のポン酢和え ほうれんそう はくさい えのきたけ ゆずポン
	肉じゃが(副菜) 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき さやいんげん こいくちしょうゆ 車糖 本みりん	ビーンズサラダ だいず水煮 きゅうり にんじん キャベツ マヨネーズ ほしひじき 生竹輪		大根の甘酢和え 大根 にんじん 刻み昆布 穀物酢 車糖 食塩		みそ汁 おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	みそ汁 じゃがいも たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし カットわかめ
	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし	卵豆腐のすまし汁 たまご豆腐 ぶなしめじ 切りみつば うすくちしょうゆ 食塩 混合だし		みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ		フルーツ ..	
	フルーツ ..					フルーツ ..	
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳		牛乳おやつ 普通牛乳		麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳
	人参のカップケーキ にんじん 鶏卵 グラニュー糖 薄力粉 アーモンド ベーキングパウダー マーガリン バニラオイル	おさつチップ さつまいも なたね油 食塩 車糖		胡麻のスティックビスケット ホットケーキミックス 車糖 ごま ごま マーガリン 普通牛乳		おにぎり(ゆかり)おやつ 米 ゆかりふりかけ ごま	スノーボールクッキー マーガリン グラニュー糖 鶏卵 薄力粉 アーモンド 粉糖 バニラオイル
成分値	<一日合計> エネルギー : 540 kcal 脂 質 : 19.6 g たんぱく質 : 21.3 g 塩 分 : 1.3 g カルシウム : 264 mg	526 kcal 24.0 g 23.3 g 1.5 g 328 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	486 kcal 17.4 g 16.6 g 1.7 g 300 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg	488 kcal 14.9 g 19.2 g 1.6 g 281 mg	623 kcal 27.6 g 23.4 g 1.4 g 352 mg
	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	31(月)		
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳			
	炭酸せんべい 炭酸せんべい	おやついりこ(朝) かえりちりめん	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	炭酸せんべい 炭酸せんべい			
昼食	麦ご飯 米 米粒麦	麦ご飯 米 米粒麦	炊き込みご飯 米 鶏もも にんじん ごぼう 油揚げ ぶなしめじ たけのこ水煮 うすくちしょうゆ 料理酒 こいくちしょうゆ 食塩	牛丼 米 牛もも たまねぎ 根深ねぎ こいくちしょうゆ 車糖 しょうが なたね油 混合だし	★ 年度末休園 ★		
	カレイの味噌焼き まがれい 清酒 淡色辛みそ 本みりん 車糖	ポテトオムレツ あいびき じゃがいも たまねぎ 青ピーマン 鶏卵 食塩 こしょう 調合油 ケチャップ ピザチーズ	キスの天ぷら きす プレミックス粉 調合油	みそ汁・ キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ			
	五目きんぴら にんじん ごぼう 青ピーマン 平てん しらたき ごま油 こいくちしょうゆ 車糖	鶏と野菜の胡麻サラダ ブロッコリー キャベツ ささ身 にんじん 胡麻ドレッシング	胡瓜とわかめの酢の物 きゅうり カットわかめ ごま 穀物酢 車糖 食塩	カップゼリー ゼリー			
	すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 葉ねぎ	すまし汁 大根 切りみつば こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ				
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳			
	ホットドック(おやつ) ロールパン 皮つきウィンナー キャベツ カレー粉 なたね油 ケチャップ .	ボンポンドーナツ マーガリン グラニュー糖 鶏卵 こむぎ ベーキングパウダー なたね油 水 バニラオイル グラニュー糖	焼き芋 さつまいも キャンデーチーズ キャンデーチーズ	せんべい しょうゆせんべい キャンデーチーズ キャンデーチーズ			
成分値	<一日合計> エネルギー : 551 kcal 脂 質 : 19.1 g たんぱく質 : 24.0 g 塩 分 : 2.0 g カルシウム : 334 mg	565 kcal 23.3 g 25.9 g 1.5 g 364 mg	470 kcal 15.6 g 22.0 g 1.9 g 365 mg	519 kcal 15.6 g 21.3 g 1.2 g 301 mg	0 kcal 0.0 g 0.0 g 0.0 g 0 mg		

\*都合により献立を変更することがあります。