



2025年3月 献立表



日付	曜	乳幼児食		主な材料		栄養価 幼児 エネルギーKcal たんぱく質g 脂質g 糖質g	軽食 献立名
		献立名	0.1歳児午前 おやつ	1〜5歳児午後 おやつ	賞味に なるもの 賞味に なるもの 体の調子を 整えるもの		
1	15/29 土	①けんちんうどん ④さつま芋サラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳	①かやくおにぎり ⑥牛乳	うどん・さつま芋 エッグケア 米 豚肉・豆腐 鶏肉 牛乳 大根・人参 いんげん・コーン みつば・しいたけ	540kcal 16.7g 14.5g	ゆかりおにぎり 107kcal
17/31 月		①ご飯 ②みそ汁 (白菜・あさつき) ③スタミナ焼き ④粉ふき芋 ⑤フルーツ	①星パフ	①フルーツゼリー ⑥牛乳	米・油 じゃが芋 イナアガー 豚肉 みそ 牛乳 白菜・あさつき 人参・玉ねぎ・にら にんにく・しょうが・おろし 白桃缶・みかん缶	495kcal 17.5g 14.6g	わかめおにぎり 107kcal
4	18 火	①ご飯 ②みそ汁 (チンゲン菜・もやし) ③肉じゃが ④野菜の海苔和え ⑤フルーツ	⑥干し芋	①お餅のきなこラスク ⑥牛乳	米・油・しらたき 鮎・じゃが芋 バター 豚肉 きなこ・みそ 牛乳 チンゲン菜・もやし 玉ねぎ・人参 ブロッコリー	548kcal 19.8g 20.6g	フライドポテト 102kcal
5	19 水	①かしわうどん ④南瓜のチーズ焼き ⑤フルーツ	①ミレービスケット	①じゃこチャーハン ⑥牛乳	うどん・油 ごま油 米 鶏肉 油揚げ じゃこ・チーズ 牛乳・ツナ 長ねぎ・ほうれん草 南瓜 人参・玉葱 白菜	510kcal 18.6g 15.3g	なめしおにぎり 107kcal
6	木	①ジャムサンド ②オーロラシチュー ③大豆とウィンナーのソテー ⑤フルーツ	⑥ベビースティック	①ケチャップライス ⑥牛乳	食パン・イチゴジャム 油・じゃが芋 鶏肉 シチューの素 大豆・ウィンナー 牛乳・豆乳 人参・玉ねぎ ほうれん草・もやし ピーマン グリーンピース	551kcal 20.9g 20.2g	ゆかりおにぎり 107kcal
7	21 金	①ご飯 ②みそ汁 (玉ねぎ・わかめ) ③カレイの鰻辺焼き ④キャベツと鶏のソテー ⑤フルーツ	⑥ベビースティック	①クッキー ⑥牛乳	米 油 小麦粉 バター カレイ みそ 牛乳 人参・玉ねぎ ほうれん草・もやし ピーマン グリーンピース	502kcal 19.1g 17.2g	わかめおにぎり 107kcal
8	22 土	①チャンポンにゅうめん ④南瓜のソテー ⑤フルーツ	⑥牛乳	①カレーピラフ ⑥牛乳	そうめん 油・ごま油 米 カレー粉 鶏肉 ウィンナー ツナ 牛乳 人参・キャベツ もやし・長ねぎ 南瓜・玉ねぎ ピーマン	495kcal 17.0g 15.5g	フライドポテト 107kcal
10	24 月	①ご飯 ②漬汁 (春雨・みつば) ③鶏のみそ焼き ④小松菜とコーンのナムル ⑤フルーツ	①星パフ	①あんまーガリンパン ⑥牛乳	米・油・食パン 春雨・ マーガリン 鶏肉 みそ あんこ 牛乳 みつば・小松菜 もやし・人参 コーン	490kcal 19.9g 14.3g	なめしおにぎり 102kcal
11	25 火	①草飯ご飯 ②みそ汁 (大根・しめじ) ③鯖の照り焼き ④キャベツソテー ⑤フルーツ	⑥干し芋	①フルーチェ ⑥りんごジュース	米 油 ごま油 フルーチェ 鶏・みそ 牛乳 大根・人参 しめじ・キャベツ 玉ねぎ・白桃缶	502kcal 16.0g 14.4g	ゆかりおにぎり 107kcal
12	26 水	①しょうゆラーメン ④じゃが芋とアスパラ炒め ⑤フルーツ	①ミレービスケット	①山菜おこわ ⑥牛乳	中華麺・油 じゃが芋・ゴマ油 米・もち米 豚肉 ウィンナー 牛乳 キャベツ・人参 長ねぎ・もやし 玉ねぎ・アスパラガス 山菜	497kcal 17.3g 14.5g	わかめおにぎり 107kcal
13	27 木	①ご飯 ②みそ汁 (なめこ・みつば) ③豚肉の生焼 ④マカロニサラダ ⑤フルーツ	⑥ベビースティック	①桃ケーキ ⑥牛乳	米・油 マカロニ 米粉ミックス エッグケア 豚肉・みそ 豆乳 牛乳 なめこ・みつば・玉ねぎ もやし・人参・キャベツ しょうが・きゅうり 白桃缶	623kcal 19.9g 21.4g	フライドポテト 107kcal
28 金		①チキンカレー ②スープ (キャベツ・えのき) ④ブロッコリーのサラダ ⑤フルーツ	⑥ベビースティック	①大学芋 ⑥牛乳	米・カレーフレーク 油・さつま芋 ・じゃが芋 鶏肉 牛乳 キャベツ・えのき 玉ねぎ・人参 ブロッコリー きゅうり・コーン	597kcal 18.0g 18.4g	なめしおにぎり 102kcal

★ ひなまつり・お雛し給食 ★

3	月	①ひな祭りちらし寿司 ②漬汁 (春雨・みつば) ③松風焼 ④ほうれん草のお浸し ⑤フルーツ	⑥ヨーグルト	①フルーツポンチ ⑥牛乳	米・油 春雨・パン粉 卵 かつお節 鶏肉・豆乳 牛乳 みつば・蓮根・干し椎茸 ほうれん草・人参 もやし・絹さや・玉葱 白桃缶・みかん缶・りんご	565kcal 23.6g 20.3g	わかめおにぎり 107kcal
---	---	--	--------	-----------------	--	---------------------------	--------------------

★ お別れ会 ★

14	金	①カレーライス②スープ (コーン・もやし) ③唐揚げ④ハンバーグ ⑤ポテトサラダ ⑥フルーツ	⑥ベビースティック	①いちごパバロ ⑥牛乳	米・カレーフレーク 油・じゃが芋 小麦粉・バター エッグケア・パバロ 鶏肉・お肉ハンバーグ ホイップクリーム・牛乳 豚肉 牛乳 玉ねぎ・人参 きゅうり・コーン もやし・いちご にんにく・しょうが	735kcal 25.6g 31.0g	なめしおにぎり 107kcal
----	---	---	-----------	----------------	--	---------------------------	--------------------

★お別れ会は、らいおんぐみのリクエストメニューになります。

★材料の都合により献立を変更することがあります。

3月はぺんぎん組の朝おやつ の提供はありません。

☆調理過程において、材料に記載のない調味料を使用する事があります (塩・醤油・砂糖・片栗粉・顆粒中華だし) 在園児のアレルギーに該当するものはありません
☆献立表に記載されていない食材 (圖で取替した野菜など) を急遽使用する可能性があります。使用する際は掲示などでお知らせいたします。