2025年度3月献立予定表（完了食）

ニチイキッズ北たみや保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
2 16 30 （月）	ポークカレー 豆腐のおみそ汁 ピーマンのツナ和え オレンジ	牛乳／ビスケット／米、油、たまねぎ、豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、水、鶏がらスープの素、ホールトマト缶詰、りんご、カレー粉、食塩、中濃ソース、米粉、水／かつお・昆布だし汁、木綿豆腐、ねぎ、みそ／ツナ水煮缶、ピーマン、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨネーズ、すりごま／オレンジ／牛乳／米、こんぶ(だし用)、油、たまねぎ、鶏ひき肉、にんじん、ケチャップ、砂糖、食塩、グリンピース(冷凍)	牛乳 ビスケット 牛乳 チキンライス	499 kcal 19.2 g 14.7 g
3 17 31 （火）	さけの混ぜ寿司 ほうれんそうのおみそ汁 だいこんのそぼろあん いちご	牛乳／クラッカー／米、こんぶ（だし用）、酢、砂糖、食塩、さけ、いんげん、コーン（冷凍）／かつおだし汁、ほうれんそう、にんじん、油揚げ、みそ／油、鶏ひき肉、だいこん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリンピース（冷凍）、片栗粉、水／いちご／牛乳／水、かんてん(粉)、砂糖、もも缶、レモン果汁/ウエハース	牛乳 クラッカー 牛乳 ももゼリー・ウエハース	433 kcal 20.0 g 13.1 g
4 18 （水）	ご飯 じゃがいものおみそ汁 鶏の塩焼き ちんげんさいのとろみ炒め バナナ	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、じゃがいも、切り干しだいこん、カットわかめ、みそ／鶏もも肉、おろししょうが、みりん、食塩、片栗粉／油、チンゲンサイ、はくさい、にんじん、もやし、水、鶏がらスープの素、食塩、片栗粉、水／バナナ／牛乳／米粉、砂糖、ベーキングパウダー、牛乳、油、とろけるチーズ、ウインナー	牛乳 おせんべい 牛乳 チーズ蒸しパン	493 kcal 21.6 g 16.2 g
5 19 （木）	ご飯 チンゲンサイのすまし汁 豚肉のみそ焼き ひじきサラダ オレンジ	牛乳／クラッカー／米／かつおだし汁、チンゲンサイ、切り干しだいこん、カットわかめ、食塩、しょうゆ／豚肉(肩ロース)、おろししょうが、砂糖、みそ、みりん／ひじき、しょうゆ、ツナ水煮缶、きゅうり、にんじん、れんこん、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨネーズ、砂糖／オレンジ／麦茶（浸出液）／りんご、砂糖、水、ヨーグルト(無糖)、砂糖／ソフトせんべい塩味	牛乳 クラッカー 麦茶 りんごヨーグルト、おせんべい	450 kcal 17.2 g 15.3 g
6 20 （金）	肉豆腐炒め丼 こまつなのおみそ汁 じゃがいものオーブン焼き バナナ	牛乳／ウエハース／米、油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、木綿豆腐、しょうゆ、みりん、片栗粉、水／かつおだし汁、こまつな、もやし、えのきたけ、みそ／じゃがいも、油、食塩、片栗粉、あおのり／バナナ／麦茶（浸出液）／かんてん（粉）、コーンスターチ、ココア（ピュアココア）、砂糖、牛乳／ソフトせんべい塩味	牛乳 ウエハース 麦茶 ココアムース、おせんべい	447 kcal 14.9 g 14.0 g
7 21 （土）	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 鶏肉と大豆のごま絡め キャベツサラダ グレープフルーツ	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、みそ／油、鶏もも肉、だいず水煮缶詰、片栗粉、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、ごま／キャベツ、ブロッコリー、にんじん、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、酢／グレープフルーツ／牛乳／食パン、ブロッコリー、ツナ水煮缶、ノンエッグマヨネーズ、食塩	牛乳 おせんべい 牛乳 ツナサンド	464 kcal 21.9 g 13.3 g
9 23 （月）	ゆかりご飯 油あげのすまし汁 かれいのねぎみそ焼き さつまいものソテー オレンジ	牛乳／ビスケット／米、カルシウムふりかけ　ゆかり／かつお・昆布だし汁、チンゲンサイ、もやし、油揚げ、食塩、しょうゆ／かれい、ねぎ、砂糖、みそ、みりん／ごま油、たまねぎ、さつまいも、にんじん、砂糖、みりん、食塩／オレンジ／牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター、砂糖、粉チーズ、牛乳	牛乳 ビスケット 牛乳 チーズドロップクッキー	475 kcal 20.6 g 13.4 g
10 24 （火）	ご飯 だいこんのおみそ汁 さわらのカレー煮 ほうれんそうのささみ和え みかん	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、だいこん、キャベツ、カットわかめ、みそ／かつおだし汁、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、さわら、片栗粉、カレー粉／鶏ささ身、ほうれんそう、にんじん、もやし、砂糖、しょうゆ、かつお節／みかん／牛乳／かぼちゃ、無塩バター、砂糖、牛乳	牛乳 おせんべい 牛乳 スイートパンプキン	465 kcal 21.1 g 15.0 g
11 25 （水）	ご飯 えのきのおみそ汁 さばの塩焼き ごぼうの炒め煮 バナナ	牛乳／クラッカー／米／かつおだし汁、こまつな、切り干しだいこん、えのきたけ、みそ／さば、食塩／油、豚ひき肉、ごぼう、れんこん、にんじん、ピーマン、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん／バナナ／牛乳／じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり	牛乳 クラッカー 牛乳 いそべいももち	494 kcal 20.6 g 17.5 g
12 26 （木）	ご飯 ジュリエンヌスープ BBQチキン かぼちゃサラダ みかん	牛乳／お子様せんべい／米／水、鶏がらスープの素、キャベツ、たまねぎ、コーン（冷凍）／鶏もも肉、おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース／かぼちゃ、きゅうり、にんじん、ノンエッグマヨネーズ、砂糖／みかん／牛乳／ごま油、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、片栗粉、鶏がらスープの素、水	牛乳 おせんべい 牛乳 チヂミ	449 kcal 21.1 g 13.1 g
13 （金）	ご飯 さつま汁 凍り豆腐のから揚げ ブロッコリーのみそ和え バナナ	牛乳／ウエハース／米／かつお・昆布だし汁、鶏もも肉、片栗粉、さつまいも、たまねぎ、ごぼう、食塩、しょうゆ、みりん／油、凍り豆腐、おろしにんにく、しょうゆ、水、鶏がらスープの素、片栗粉／しらす干し、ブロッコリー、にんじん、コーン（冷凍）、かつお・昆布だし汁、砂糖、みそ、みりん／バナナ／牛乳／無塩バター、マシュマロ、コーンフレーク	牛乳 ウエハース 牛乳 マシュマロおこし	522 kcal 18.4 g 15.7 g
27 （金）	おにぎり(ゆかり・わかめ) 鶏の唐揚げ マセドアンサラダ ブロッコリーの塩ナムル いちご	牛乳／ウエハース／米、カルシウムふりかけゆかり、炊き込みわかめ／油、鶏もも肉、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、みりん、片栗粉／じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩／ブロッコリー、キャベツ、もやし、ごま、ごま油、食塩／いちご／牛乳／無塩バター、マシュマロ、コーンフレーク	牛乳 ウエハース 牛乳 マシュマロおこし	472 kcal 17.8 g 15.7 g
14 28 （土）	ご飯 さといものおみそ汁 さけのマヨ焼き こまつなのソテー 煮りんご	牛乳／クラッカー／米／かつおだし汁、さといも、もやし、油揚げ、みそ／さけ、食塩、片栗粉、たまねぎ、ノンエッグマヨネーズ／油、こまつな、にんじん、コーン（冷凍）、食塩／りんご／牛乳／小麦粉、砂糖、きな粉、無塩バター、砂糖、きな粉	牛乳 クラッカー 牛乳 きなこボールクッキー	471 kcal 21.2 g 15.1 g

3月平均栄養量	
470	kcal
20.0	g
14.5	g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎完了期食は未食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の**太字**を参考にご家庭で２回以上喫食しましたらお知らせ下さい。

◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。