

2025年度3月 献立予定表

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
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/油、マカロニ、ベーコン、たまねぎ、ピーマン、にんじん、ケチャップ、中濃ソース、食塩	牛乳 ビスケット 牛乳 マカロニナポリ	488(460) kcal 18.9(18.2) g 14.0(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 だいごんのそぼろあん グレープフルーツ	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、だいごん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、グリーンピース(冷凍)、片栗粉、水/グレープフルーツ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、もも缶(黄桃)、無塩バター、砂糖、卵	牛乳 クラッカー 牛乳 ももケーキ	492(463) kcal 22.8(21.4) g 14.6(15.2) 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、切り干しだいごん、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/ホットケーキ粉、牛乳、にんじん、コーン(冷凍)、粉チーズ	牛乳 おせんべい 牛乳 にんじん蒸しパン	509(475) kcal 22.7(21.2) g 11.6(12.4) 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、切り干しだいごん、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	468(450) kcal 17.1(17.2) g 14.3(15.3) g
6 (金)	肉豆腐炒め丼 こまつなのおみそ汁 じゃがいものオープン焼き バナナ	牛乳/カルテツウエハース/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/牛乳/無塩バター、小麦粉、ベーキングパウダー、ピュアココア、砂糖、牛乳	牛乳 ウエハース 牛乳 ココアスコーン	458(447) kcal 14.7(14.9) g 11.7(14.0) g
7 21 (土)	ご飯 だいごんのおみそ汁 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、だいごん、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 スイートパンクキン	497(465) kcal 22.6(21.1) g 14.9(15.0) g
9 23 (月)	ゆかりご飯 油あげのすまし汁 かれのいねぎみそ焼き 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/かれのい、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	506(475) kcal 22.0(20.6) g 12.3(13.4) g
10 24 (火)	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/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、みそ/油、鶏もも肉、たいず水煮缶詰、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、プロッコリー、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、プロッコリー、ツナ水煮缶、ノンエッグマヨネーズ、食塩	牛乳 ウエハース 牛乳 ツナサンド	497(471) kcal 23.7(21.8) g 12.8(14.5) 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/お子様せんべい/米/かつおだし汁、こまつな、切り干しだいごん、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/米粉、ベーキングパウダー、黒砂糖、牛乳、油	牛乳 おせんべい 牛乳 黒糖蒸しパン	523(486) kcal 21.9(20.6) g 17.0(16.7) g
12 26 (木)	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 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	502(471) kcal 22.6(21.2) g 14.5(15.1) g
13 27 (金)	ご飯 さつまい 凍り豆腐のから揚げ プロッコリーのみそ和え バナナ	牛乳/カルテツウエハース/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、プロッコリー、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/じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり	牛乳 ウエハース 牛乳 いそべいもち	520(490) kcal 19.0(18.1) g 13.2(14.9) g
28 (土)	ご飯 ジュリエンスープ 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、小麦粉、鶏がらスープの素、水	牛乳 おせんべい 牛乳 チヂミ	469(448) kcal 22.5(21.4) g 12.1(13.2) 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。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



3月平均栄養量	
495(467) kcal	
21.1(20.0) g	
13.7(14.6) g	