



令和6年度 3月 予定献立表

日	曜	未満児おやつ	おひる	おやつ	しょくざい	エネルギー kcal	食塩相当量 g
1	土	干しいも 牛乳	けんちんうどん 牛乳 りんご		干しいも 普通牛乳 干しうどん まこんぶ かつお節 調合サラダ油 ごぼう にんじん だいこん 豚かたロース 脂身なし さといも 木綿豆腐 根菜ねぎ りんご	392 358	2.9 3.7
3	月	ジュース	弥生寿司 菜の花のみそマヨ和え 沢煮椀 いちご	桜もち ひなあられ 牛乳	米 鮭フレーク 青のり ブロッコリー 卵 なばな コーン すりごま 豚ロース 生しいだけ だいこん はくさい ごぼう みずな 桜もち ひなあられ	529 618	2.2 2.9
4	火	うすやきせん 麦茶	おたのしみ献立	お好み焼き 牛乳	かぼちゃ 豚かた じゃがいも にんじん たまねぎ グリンピース ごぼう きゅうり コーン すりごま みかん キャベツ 干しえび 根菜ねぎ 煮干し粉 卵 あおりの 普通牛乳	633 710	2.2 2.6
5	水	えびせんべい 麦茶	かじきのパーベキューソース煮 もやしのツナ和え ミネストローネ	マカロニあべかわ 牛乳	めかじき りんご レモン もやし きゅうり ツナ マカロニ たまねぎ にんじん トマト水煮 きな粉	585 665	2.4 2.9
6	木	ジュース	バラエティーサンド キャベツとりんごのサラダ 大根チャウダー いちご	プリン 牛乳	ロールパン ツナ きゅうり ソーセージウィンナー 卵 キャベツ りんご フレンチドレッシング 大根 にんじん コーン ベーコン チンゲン菜 いちご カスタードプリン 普通牛乳	460 599	2.1 2.7
7	金		お別れ遠足	ロールケーキ ジュース			
8	土	ビスコ 牛乳	カレーミートスパゲッティ 牛乳 トマト		マカロニ・スパゲッティ オリーブ油 たまねぎ にんにく しょうが にんじん セロリ コーン 缶詰 ホール 豚ひき肉 グリンピース水煮缶詰 トマト缶詰 ホール トマト	370 356	0.9 1.4
10	月	おととと 麦茶	ひじきの炒め煮 マカロニサラダ パナナ	たこやき 牛乳	ほしひじき 鶏ひき肉 にんじん 油揚げ さつまいも こんにゃく マカロニ・スパゲッティ きゅうり たまねぎ 和風ドレッシング レタス パナナ かつお節 普通牛乳	517 579	2.0 2.2
11	火	歌舞伎揚げ 麦茶	めかじきのいそべ揚げ 大根サラダ 豚肉と春雨のみそ汁	たべっこ動物 牛乳	めかじき あおりの だいこん 切干しいごん かいわれだいこん もやし ハムロース すりごま 豚もち ごま油 にんじん ごまつな はるさめ たべっこどうぶつ 普通牛乳	510 541	2.3 2.6
12	水	せんべい 麦茶	韓国風焼き肉 ブロッコリーのおかか和え わかめスープ	肉まん 牛乳	豚もち にんにく しょうが すりごま ごま油 たまねぎ にんじん 調合サラダ油 ブロッコリー かつお節 生わかめ えのきだけ 肉まん 普通牛乳	478 615	2.3 3.0
13	木	玄米小丸 麦茶	森のクリームシチュー 浅漬け いちご	ワッフル 牛乳	えび じゃがいも にんじん たまねぎ 生しいだけ ふなしめじ エリンギ コーン グリンピース 冷凍 塩昆布 かぶ きゅうり いちご	580 666	1.7 1.8
14	金	さっぱり塩味 麦茶	ハンバーグ ポパイサラダ りんご	マリービスケット キャンディチーズ 牛乳	豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうが にんにく 卵 普通牛乳 ほうれん草 コーン 生しいだけ ハムロース こまいり りんご マリービスケット プロセスチーズ	529 578	1.4 1.9
15	土	おととと 牛乳	エビピラフ 牛乳 きゅうり漬け		おととと 普通牛乳 精白米 パナマイエビ 冷凍 たまねぎ にんじん エリンギ 赤ピーマン コーン ホール パター パセリ生 きゅうり ごま油	360 336	1.4 1.6
17	月	ばかうけ 麦茶	すき焼き風煮 ごま塩キャベツ グレープフルーツ	ミニクワッサン 牛乳	豚ロース にんじん はくさい 焼き豆腐 根菜ねぎ しらたき キャベツ スイートコーン 冷凍 ホール ごま油 こまいり レモン果汁 グレープフルーツ クワッサン 普通牛乳	559 614	1.5 1.7
18	火	ジュース	鶏のから揚げ スパゲティーサラダ 卵スープ	ジャムサンド 牛乳	若鶏もち ハムロース レタス きゅうり トマト マカロニ・スパゲッティ 生わかめ たまねぎ 卵 いちごジャム 普通牛乳	554 639	2.3 3.0
19	水	のりせん 麦茶	鮭のタルタルソース しゃきしゃきサラダ 豚汁	いちご ルヴァン 牛乳	さけ 卵 たまねぎ きゅうり キャベツ もやし にんじん じゃがいも 木綿豆腐 油揚げ 豚脂身かた 生しいだけ 根菜ねぎ ごぼう だいこん こんにゃく 普通牛乳	547 679	1.8 2.3
21	金	チーズおかき 麦茶	豆腐の中華風煮 のりサラダ いちご	ピザまん 牛乳	絞豆腐 にんじん だけのご 鶏ひき肉 干しいだけ 根菜ねぎ しょうが ごま油 にら もやし 焼きのり こまいり いちご 肉まん 普通牛乳	542 714	2.0 2.8
22	土	ヨーグルト ジュース	ウインナーサンドパン 牛乳 パナナ		普通ヨーグルト りんごジュース ロールパン きゅうり ソーセージウィンナー 普通牛乳 パナナ	302 264	0.8 0.8
24	月	カルシウムせんべい 麦茶	生揚げのそぼろ煮 ブロッコリー塩昆布和え いちご	ヨーグルト ジュース	生揚げ 豚ひき肉 にんじん ピーマン 生しいだけ ブロッコリー ごま油 塩昆布 こまいり いちご 普通ヨーグルト リンゴジュース	455 487	1.2 1.1
25	火	ハッピーターン 麦茶	サバのみそ煮 ワカメとしらすの酢の物 かきたま汁	生クリームパン 牛乳	さば 生わかめ きゅうり しらす干し 木綿豆腐 卵 にんじん たまねぎ 片栗粉 食パン 市販 クリーム 乳脂肪 もも缶詰 果物 普通牛乳	539 606	2.6 3.0
26	水	ぼたぼた焼き 麦茶	親子煮 ほうれん草のごま和え オレンジ	黒糖ロールパン 牛乳	若鶏もち キャベツ にんじん たまねぎ グリンピース 卵 じゃがいも ほうれん草 すりごま ネーブル 黒糖ロールパン 普通牛乳	563 607	1.8 1.9
27	木	星たべよ 麦茶	麻婆豆腐 オクラのおろしあえ パナナ	カステラ 牛乳	木綿豆腐 にんじん 鶏ひき肉 だけのごゆで 根菜ねぎ 干しいだけ グリンピース 片栗粉 オクラ じゃがいも だいこん パナナ カステラ 普通牛乳	571 627	1.1 1.4
28	金	ばりんこ 麦茶	赤飯		ばりんこ もち米 あずき	291 254	0.2 0.1
29	土	ゼリー 牛乳	二色サンド 牛乳 キウイフルーツ		オレンジゼリー 普通牛乳 食パン 市販 いちごジャム プロセスチーズ キウイフルーツ	320 286	0.8 1.0
31	月	チーズおかき 麦茶	いかと里芋の煮物 五色和え りんご	リングドーナツ ジュース	するめいか 卵 さといも 冷凍 いんげんまめ にんじん だいこん 上白糖 こまつな もやし スイートコーン 冷凍 ホール 焼きのり りんご デニッシュペストリー ジュース	532 592	1.6 2.0
						523 594	1.8 2.2

※都合により献立が変更になる場合があります。

※上段：未満児、下段：以上児 (平均値)

今月の行事献立

- 3月 3日(月) おたんじょうび会・ひなまつり
- 3月 4日(火) おたのしみ献立
- 3月 6日(木) お別れ会
- 3月19日(水) リクエストメニュー

ごはんは、いりません。

カレーでもホクホクの皮は緑、中は黄色の野菜が入っています。

ごはんは、いりません。

そう組さんの希望を取り入れたメニューです。

