



令和7年度 3月給食献立



若鮎こども園

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

栄養士:片山

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 日					
2 月	虹いろ ごはん	鶏肉の甘辛ごま焼き 卵の花	小松菜の 味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 いりごま おから 人参 ちくわ 青葱 小松菜 玉葱 油揚げ 味噌	※ミルクムース 豆乳
3 火	ひなまつり 寿司	みかん	すまし汁	米 鮭 卵 菜の花 干し椎茸 胡瓜 れんこん ゆかり いりごま みかん 花麩 人参 玉葱 わかめ	ひなあられ カルピス
4 水	麦ごはん	★ヒレカツ 甘酢キャベツ	粕汁	米 押し麦 豚肉 パン粉 卵 ウスターソース キャベツ 人参 玉葱 油揚げ 酒粕 小麦粉 青葱 味噌	ミレービスケット するめ 豆乳
5 木	虹いろ ごはん	カレイの照り焼き 大根の梅おかか和え	えのきの 味噌汁	米 虹色米 カレイ 土生姜 大根 胡瓜 人参 花かつお 梅肉 ポン酢 えのき茸 玉葱 わかめ 味噌	※★きなこ揚げパン 豆乳
6 金	お弁当バンザイ				唐芋まるぼうろ サラダおかき 豆乳
7 土	パン・ジュース				
8 日					
9 月	ごはん	ビーフカレー ハムサラダ		米 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 カレールウ キャベツ グリーンピース 胡瓜 ハム	チョコイス あげまる 豆乳
10 火	虹いろ ごはん	タラのごまマヨ焼き ほうれん草の納豆和え	南瓜の 味噌汁	米 虹色米 タラ すりごま 卵なしマヨネーズ もやし ほうれん草 人参 納豆 南瓜 玉葱 わかめ 豆乳 味噌	いよかん 豆乳
11 水	塩むすび		豚汁	米 豚肉 さつま芋 人参 玉葱 大根 油揚げ 味噌	乾パン お茶
12 木	虹いろ ごはん	赤魚の西京焼き 白菜の塩こご和え	すまし汁	米 虹色米 赤魚 白味噌 白菜 人参 塩昆布 すりごま 絹豆腐 玉葱 しめじ 三つ葉	おやつバイキング 豆乳
13 金	ゆかり ごはん ●赤飯	鶏肉のレモン風味 ブロッコリーのツナサラダ ●タコスういunner	コンソメ スープ	米 ゆかり 鶏もも肉 レモン汁 ブロッコリー ツナ 人参 玉葱 コーン パセリ ●もち米 ●小豆 ●ごま塩 ●ウいunner	※メロンパン 豆乳
14 土	お弁当				
15 日					
16 月	虹いろ ごはん	親子焼き きんぴらごぼう	赤だし	米 虹色米 卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 三つ葉 ごぼう いりごま なめこ わかめ 赤味噌	※チー ज्याム 豆乳
17 火	虹いろ ごはん	鮭のかりんとうがらめ 切干し大根のごまマヨ和え	菜の花の 味噌汁	米 虹色米 鮭 土生姜 アーモンド 切干し大根 人参 胡瓜 すりごま 卵なしマヨネーズ 菜の花 玉葱 味噌 油揚げ	米粉のスティックケーキ(いちご) チーズクラッカー 豆乳
18 水	お弁当バンザイ(卒園の会)				キヌアあられ ミニゼリー 豆乳
19 木	菜めし	八宝菜	ビーフ スープ	米 菜めしの素 豚肉 しめじ 人参 白菜 もやし ピーマン 干し椎茸 水煮筍 ビーフン チンゲン菜 ベーコン	※おにぎり(天かす) お茶
20 金	春分の日				
21 土	パン・ジュース				
22 日					
23 月	麦ごはん	ちくわのカレー風味天ぷら 菜の花のツナマヨ和え	しめじの 味噌汁	米 押し麦 ちくわ 天ぷら粉 カレー粉 菜の花 ほうれん草 ツナ 卵なしマヨネーズ しめじ 玉葱 人参 わかめ 味噌	お豆腐屋さんのかりんとう ソースせん 豆乳
24 火	ふりかけ ごはん	鯖の味噌煮 れんこんサラダ	すまし汁	米 かつおふりかけ 鯖 土生姜 味噌 れんこん 胡瓜 人参 手まり麩 玉葱 三つ葉	マリービスケット 豆乳
25 水	ごはん	すき焼き風煮	じゃが芋の 味噌汁	米 牛肉 厚揚げ 玉葱 しらたき えのき茸 人参 白菜 白葱 絹さや じゃが芋 わかめ 味噌	ぼたぼた焼き 米粉のロールクッキー 豆乳
26 木	虹いろ ごはん	鯖のチーズ焼き ブロッコリーのゆかり和え	大根の 味噌汁	米 虹色米 鯖 チーズ ブロッコリー 人参 ゆかり 大根 油揚げ 青葱 味噌	きらず揚げ 豆乳クッキー 豆乳
27 金	虹いろ ごはん	鶏肉のマヨポン焼き 小松菜ともやしの和え物	豆腐の 味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 卵なしマヨネーズ ポン酢 小松菜 もやし 人参 コーン 和風ごまドレッシング 絹豆腐 玉葱 わかめ 味噌	※クリームチーズクラッカー 豆乳
31 火	お弁当バンザイ				ムーンライト きなこ餅 豆乳

※は、手作りおやつです。

★は、くま組からリクエストで挙がったメニューです。

●は、幼児のみの提供になります。

◎11日(水) 防災おにぎりの日

◎13日(金) ありがとうの会

