

3月予定献立表

かみかみメニューには◎がつけてあります

2026年3月 聖隷こども園ひかりの子

日付	曜日	びょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
2	げつ 月		食パン 鶏肉の山賊焼き キャベツと青菜のスープ バナナ	◎ごぼうサラダ 牛乳	むぎもち 麦茶 クラッカー おにぎり	536 21.5	14.9 1.2	427 16.7	14.2 1.1
3	か 火	ひなまつり	ひな散らし寿司 すまし汁(豆腐・えのき)	芋コーンサラダ いちご	むぎもち 麦茶 せんべい	534 19.0	11.9 1.8	495 188.0	13.7 1.6
4	すい 水		ごはん みそ汁(青菜・しめじ)	厚揚げと豚肉の煮物 パン缶	ブロッコリー 麦茶	615 21.4	20.8 1.8	484 18.5	18.3 1.6
5	もく 木		ナポリタン オレンジ	◎スティック胡瓜 牛乳	むぎもち 麦茶 ヨーグルト	620 24.3	19.0 1.7	495 21.0	17.1 1.3
6	きん 金		ごはん みそ汁(じゃが芋・わかめ)	五目卵焼き りんご(乳児オレンジ)	むぎもち 麦茶 バナナ	656 20.7	25.0 1.6	537 17.4	20.2 1.3
7	ど 土		チャーハン フルーツ	中華スープ 豆乳	むぎもち 麦茶 お菓子	528 16.8	15.1 1.8	442 14.1	13.4 1.4
9	げつ 月		☆わかめごはん みそ汁(玉ねぎ・大根)	魚のあけほの焼き バナナ	☆納豆和え 麦茶	578 24.5	19.9 1.4	460 20.7	17.9 1.3
10	か 火		ツナきゅうサンドパン ☆コーンスープ	キャベツと鶏肉の蒸し煮 オレンジ	むぎもち 麦茶 ビスケット	580 24.2	21.1 1.8	503 20.9	18.4 1.4
11	すい 水		☆カレーライス キウイ	☆パンサラダ 豆乳	トマト せんべい	711 19.5	30.5 1.4	567 16.1	25 1.2
12	もく 木		☆醤油ラーメン メロン	金時煮豆 豆乳	かぶのゆかり和え ヨーグルト	558 24.3	11.4 1.9	454 21.1	11.6 1.6
13	きん 金		ゆかりごはん すまし汁	☆ジャムサンド ゼリー※2	☆鶏の唐揚げ ☆焼き魚 人参しりしり ブロッコリー バナナ	663 27.9	16.3 1.5	542 21.2	13.4 1.2
14	ど 土		中華丼 フルーツ	みそ汁 豆乳	むぎもち 麦茶 お菓子	464 14.5	11.2 1.1	389 12.1	10.2 0.9
16	げつ 月		ごはん みそ汁(大根・油あげ)	魚のカレーソテー バナナ	青菜のナムル 麦茶	534 20.1	9.4 1.5	428 17.3	9.6 1.4
17	か 火		☆セルフハンバーガー 白菜のスープ	トマト オレンジ	むぎもち 麦茶 ビスケット	580 25.1	21.9 1.6	485 20.7	18.7 1.2
18	すい 水		ごはん みそ汁(さつまいも・人参)	豚肉の生姜焼き 五目ひじき煮 りんご(乳児オレンジ)	むぎもち 麦茶 バナナ	603 22.3	18.4 2.0	480 18.0	14.8 1.5
19	もく 木	15時降園協力日	☆塩ラーメン パン缶	キャロットサラダ 牛乳	ブロッコリー ヨーグルト	536 19.2	20.4 1.6	499 18.6	20.1 1.4
20	きん 金	卒園式 しゅんぶんひ 春分の日				-	-	-	-
21	ど 土		食パン フルーツ	クリームシチュー 豆乳	むぎもち 麦茶 お菓子	433 16.3	10.6 1.5	367 13.2	9.9 1.2
23	げつ 月		ごはん 豚汁	煮魚 キャベツと胡瓜の浅漬け バナナ	むぎもち 麦茶 クラッカー	572 24.6	14.9 1.7	528 22.7	17 1.6
24	か 火		食パン ミネストローネ	鶏肉のマーマレード焼き パン缶	ブロッコリーのマヨネーズ和え 牛乳	557 24.5	13.3 1.7	451 19.2	11.3 1.4
25	すい 水	保育終了日	ごはん みそ汁(大根・豆腐)	豚肉と青菜の炒め物 オレンジ	トマト むぎもち 麦茶 バナナ	550 19.1	18.0 1.8	416 14.7	13 1.4
26	もく 木	特別保育	焼きそば メロン	大学南瓜 牛乳	むぎもち 麦茶 ヨーグルト	593 20.9	24.4 1.7	486 18.6	20.9 1.4
27	きん 金		ハヤシライス キウイ	煮し野菜のオーロラソース 豆乳	むぎもち 麦茶 チーズ	667 21.4	22.9 1.4	547 19.2	20.8 1.4
28	ど 土		おにぎり フルーツ	けんちん汁 豆乳	むぎもち 麦茶 お菓子	440 14.5	7.5 0.6	371 12.3	7.3 0.5
30	げつ 月		ごはん みそ汁(大根・わかめ)	鶏肉の照り焼き バナナ	青菜と油あげの煮びたし 麦茶	557 21.9	10.4 1.7	414 16.8	8.6 1.6
31	か 火		豆乳ハンズ オニオンスープ	魚の香味焼き パン缶	かぼちゃ・人参のグリル 牛乳	516 24.1	19.0 1.1	432 21.1	18.3 1.1

※1 ひよこ組は月齢を考慮して、ヨーグルトに変更いたします。※2 ひよこ組は月齢を考慮して、オレンジに変更いたします。仕入れの都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

☆印はそら組のリクエスト献立です。

3月3日はひな祭り(桃の節句)。給食ではひな祭りにちなんだメニューが登場します。彩り豊かな食事で春の訪れを感じながら、子どもたちの健やかな成長を願います。



今年度も最後の月となりました。日々の給食提供を通して、食の関心が広がり成長のお手伝いが出来たのであれば幸いです。子どもたちの「おいしいよ!」「おかわりしたよ!」の元気な声にパワーをもらい、給食作りに励んできました。これからも、子どもたちが食事を楽しみながら健康的に生活を送れるように給食を通して支援していきたいと思えます。そして今月は、そら組さんから「また食べたい」とリクエストがあったメニューを沢山盛り込んでいますので楽しんでくれたら嬉しいです。