



# 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

日づけ	曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	2026年3月 聖隷こども園わかば		幼児		乳児	
				おやつ		エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
				乳児10時	乳幼児3時	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 ◎ごぼうサラダ キャベツとほうれん草のスープ パナナ ぎゅうにゅう牛乳	お茶 クラッカー	とうにゅう豆乳 おにぎり	547 22.3	15.8 1.2	436 17.3	14.9 1.1
3	か火	ひなまつり	ひな散らし寿司 いも芋コーンサラダ ★すまし汁(豆腐・えのき) ★いちご お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 ひなゼリー	551 20.2	13.6 1.9	447 17.5	12.9 1.7
4	すい水		ごはん 五目卵焼き 人参のツナ和え みそ汁(じゃが芋・わかめ) りんご(乳児メロン) お茶	お茶 パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 ◎ひじきクッキー	635 22	22.9 1.7	520 18.2	18.5 1.4
5	もく木		ナポリタン かぼちゃとうにゅうに南瓜の豆乳煮 スティック胡瓜 オレンジ ぎゅうにゅう牛乳	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 スイートポテトパン	650 24.7	21.4 1.7	509 21.2	18.3 1.3
6	きん金	わくわくday	ごはん 厚揚げと豚肉の煮物 トマト みそ汁(青菜・しめじ) パイン缶 お茶 (※幼児はお弁当を持参してください)	とうにゅう豆乳 せんべい	ぎゅうにゅう牛乳 ★バナナ・◎小魚	538 22.0	15.8 1.7	486 20.6	16.2 1.4
7	ど土	かんきょうせいびひ環境整備の日	中華丼 みそ汁(豆腐・もやし) フルーツ とうにゅう豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	530 18.1	15.0 1.7	443 15.1	13.4 1.4
9	げつ月		ごはん さかなのあけぼの焼き 青菜のごま和え ★みそ汁(わかめ・大根) パナナ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 ふらッスク	572 23	20.0 1.4	455 19.8	17.9 1.3
10	か火		ツナきゅうサンドパン キャベツと鶏肉の蒸し煮 かぼちゃ南瓜のスープ オレンジ ぎゅうにゅう牛乳	とうにゅう豆乳 ビスケット	ぎゅうにゅう牛乳 しらすのごはんおやき	611 24.2	23.0 1.8	534 21.3	20.2 1.5
11	すい水		ピピンごはん きりぼけいんのもの切干大根の煮物 ブロccoli 中華スープ キウイ お茶	お茶 パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 いちごジャムサンド	635 21.9	19.1 1.9	463 16.2	14.2 1.3
12	もく木	たんじょうかい誕生会 みどり組リクエストメニュー	★醤油ラーメン ★納豆和え トマト ★パイン缶 とうにゅう豆乳	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 ★ドーナツ	567 22.3	16.9 2.0	494 20.7	15.8 1.6
13	きん金	わかお別れパーティー	ゆかりごはん(みどり組は手巻き寿司) ★鶏の唐揚げ 焼きそば 大学芋 カナッペ サラダ お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう牛乳 ★プリン※1	735 26.8	31.0 1.7	577 19.7	22.4 1.2
14	ど土		チャーハン 中華スープ ゼリー フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	491 11.5	7.8 1.0	423 9.6	7.3 0.8
16	げつ月		ごはん さかなのカレーソテー キャロットサラダ みそ汁(大根・油あげ) パナナ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 やいも焼き芋	545 19.7	10.0 1.5	435 16.9	10.1 1.4
17	か火		とうにゅう豆乳パン ミートローフ ★ポテトサラダ 白菜のスープ オレンジ ぎゅうにゅう牛乳	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう牛乳 きな粉おはぎ	601 24.5	21.3 1.1	502 20.1	18.6 1.5
18	すい水		ごはん 豚肉の生姜焼き 五目ひじき煮 みそ汁(さつま芋・人参) りんご(乳児メロン) お茶	お茶 パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 ツナみそトースト	599 23.7	19.9 2.1	461 18.6	14.6 1.5
19	もく木		かきあげうどん きんときまめ金時煮豆 かぶのゆかり和え メロン とうにゅう豆乳	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 パウムクーヘン	588 18.4	20.2 1.6	541 17.9	20.0 1.4
20	きん金	だいかいそつえんしき第75回卒園式				-	-	-	-
21	ど土		パン2種 クリームシチュー フルーツ とうにゅう豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	473 17.6	12.6 2.2	425 15.3	11.5 1.8
23	げつ月		★わかめごはん にさかな煮魚 キャベツと胡瓜の浅漬け 豚汁 パナナ お茶	とうにゅう豆乳 クラッカー	ぎゅうにゅう牛乳 ココア味のマカロニきな粉	573 24.7	14.9 1.7	528 22.7	17.0 1.6
24	か火		食パン 鶏肉のマーマレード焼き ブロccoliのマヨネーズ和え ミネストローネ パイン缶 ぎゅうにゅう牛乳	お茶 せんべい	とうにゅう豆乳 ごへいもち五平餅	557 24.4	13.2 1.8	451 19.1	11.3 1.5
25	すい水	ほいくしゅうりょう保育終了	ごはん あ揚げないミートロquette トマト みそ汁(大根・豆腐) オレンジ お茶	お茶 パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 ◎抹茶ラスク	628 21.0	22.6 1.4	482 16.5	16.9 1.1
26	もく木	とくべつほいく特別保育	や焼きうどん だいがかぼちゃ大学南瓜 チーズ フルーツポンチ ぎゅうにゅう牛乳	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 カステラ	711 25.3	22.5 1.6	600 22.1	19.3 1.2
27	きん金		★ハヤシライス むやし蒸し野菜のオーロラソース キウイ とうにゅう豆乳	お茶 チーズ	お茶 ★ヨーグルト・クラッカー	658 20.2	21.8 1.7	527 17.9	19.7 1.5
28	ど土		おにぎり けんちん汁 フルーツ とうにゅう豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	438 14.5	7.4 0.6	370 12.2	7.3 0.5
30	げつ月		ごはん とりくや鶏肉の照り焼き あおなあぶらあに青菜と油揚げの煮びたし みそ汁(大根・わかめ) パナナ お茶	お茶 せんべい	ぎゅうにゅう牛乳 メロンパン	547 23.7	8.4 1.6	400 17.5	7.0 1.5
31	か火		とうにゅう豆乳パン さかなこうみや魚の香味焼き かぼちゃにんじん南瓜と人参のグリル オニオンスープ パイン缶 ぎゅうにゅう牛乳	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 ★ゼリー・ビスケット	526 22.7	16.3 1.0	440 19.6	15.4 1.0

※1について:ひよこ組は月齢を考慮してヨーグルトやゼリーに変更いたします。

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

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を提供いたします。彩り豊かな食事でご飯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。日々の食事を通して、食へ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!」「ピカピカに食べたよ!」の元気な声にパワーをもらい日々の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ひます。お誕生会での「リクエストメニュー」はみどり組の子どもたちから、食べたいと要望のあったメニューです。わかばの思い出と共に「おいしい」と記憶に残ってもらえたら嬉しいです。沢山リクエストしてもらったので他の日にも取り入れてあります。(★マークがついているメニューです)

