

令和7年3月献立表

二川保育園(内藤作成)

日曜	以上児/未満児kcal	昼食	午後のおやつ (☆未満児午前♪手作り)	赤色 血や肉を作る食品	黄色 カや体温となる食品	緑色 体の調子を整える食品
17 ・ 31 月	味噌煮込みうどん 518/484kcal	ニラいりバーグ パリパリサラダ	♪のりおにぎり 牛乳 オレンジ ☆ヨーグルト	鶏肉 ツナ かつお節 青のり ごま	うどん しゅうまいの皮 ごはん	玉ねぎ 胡瓜 人参 キャベツ もやし コーン ニラ 椎茸 ねぎ オレンジ
4 ・ 18 火	ごはん 486/415kcal	さわらの菜の花焼き 切り干し大根の煮物 麩のみそ汁	♪信玄プリン 麦茶 おせんべい ☆バナナ (4日きく組:メープルケーキ)	さわら 卵 油あげ わかめ きなこ	ごはん 麩	玉ねぎ 人参 ねぎ 切干大根 菜の花 えのき
5 ・ 19 水	ごはん 534/497kcal	タンドリーチキン キャベツのサラダ ♡コーンスープ	♪トマトとベーコンのペンネ ♡ココア バナナ ☆ヨーグルト (19日ふじ組:ケーキ)	鶏肉 ベーコン チーズ	ごはん ペンネ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー カリフラワー もやし えのき バナナ コーン トマト缶
6 木	ごはん 558/515kcal	♡まぐろカツ ♡納豆サラダ ♡なめこのみそ汁	♪♡おかずパン 牛乳 デコボン ☆チーズ	まぐろ 納豆 豆腐 豚肉	ごはん パン	玉ねぎ 人参 もやし 胡瓜 えのき デコボン 椎茸 なめこ
21 金	ごはん 582/576kcal	♡シチュー かぶのごまサラダ キウイフルーツ	♪チーズケーキ 麦茶 バナナ ☆スティックパン	鶏肉 ごま	ごはん じゃがいも	人参 玉ねぎ しめじ かぶ レタス ブロッコリー もやし キウイフルーツ バナナ
1 ・ 8 土	☆☆サンドイッチ 536/452kcal	魚肉ソーセージ コーンスープ バナナ・チーズ	ヨーグルト 麦茶・おせんべい ☆☆おかし	卵 ツナ チーズ 魚肉ソーセージ	パン	コーン 玉ねぎ バナナ
10 ・ 24 月	かきたまうどん 551/514kcal	♡ハムカツ ♡のりサラダ	♪昆布おかかおにぎり 麦茶 オレンジ ☆ヨーグルト	卵 昆布 ハム かつお節 のり	うどん ごはん	玉ねぎ 椎茸 人参 ねぎ 水菜 もやし 胡瓜 オレンジ
11 ・ 25 火	炊き込みご飯 488/442kcal	さわらの西京焼き ♡ブロッコリーの梅おかか和え 水菜のすまし汁	♪♡ラーメン 麦茶 いちご ☆ヨーグルト (11日さくら組:いちごのカップケーキ)	さわら ひじき のり かつお節 なんと 油揚げ チャーシュー	ごはん 中華麺	玉ねぎ 人参 もやし ブロッコリー 水菜 梅 えのき いちご ねぎ
12 ・ 26 水	パン 527/473kcal	グラタン ♡フレンチサラダ 春野菜スープ	♪♡マシュマロクラッカー ♡カルピス りんご ☆プルーン	鶏肉 チーズ	パン マカロニ	玉ねぎ 人参 レタス キャベツ かぶ 椎茸 もやし コーン ブロッコリー りんご
13 ・ 27 木	ごはん 481/422kcal	鮭の香味焼き 小松菜の昆布和え 豆乳みそ汁	♪♡13日コーンフレークスナック ♪27日ココアコーンフレーク 牛乳 バナナ ☆チーズ	鮭 豆乳 昆布 ごま	ごはん コーンフレーク	玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ えのき 小松菜 椎茸 バナナ
14 ・ 28 金	ごはん 579/491kcal	ポークカレー ちくわともやしのサラダ ひとくちゼリー チーズ	♪♡麩のラスク 牛乳 デコボン ☆スティックパン	豚肉 ちくわ チーズ きなこ	ごはん さつまいも 麩	玉ねぎ 人参 しめじ コーン もやし 水菜 キウイフルーツ デコボン
15 22 29 土	ごはん 569/457kcal	親子丼 もやしのおかか和え 小松菜のスープ	♪メープルスティックパイ 麦茶 バナナ ☆おせんべい	鶏肉 卵 かつお節	ごはん パイ皮	もやし 人参 玉ねぎ 小松菜 コーン バナナ
7 金	★誕生会 お楽しみ給食★					
3 月	♡ひなまつり給食♡ ちらし寿司 539/479kcal	たいの煮つけ なめたけ和え 麩のすまし汁	♪いちごのケーキ 麦茶 ひなあられ ☆牛乳	たい 卵 チーズ 豚肉	ごはん 麩	れんこん 椎茸 なめたけ もやし 小松菜 ねぎ みつば 人参 玉ねぎ

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※♡はふじ組からのリクエストメニューです。

※献立内の青色は絵本の『はなさくもりのケーキ屋さん』にてくる『いちごケーキ』を提供します。

※4日はきく組がメープルケーキ、11日はさくら組がいちごのカップケーキ、19日はふじ組がケーキを作ります。



♪「はなさくもりのケーキ屋さん」

ケーキ屋さん開くことになったうさぎさんのもとに、森の動物たちがやってきてケーキ屋さん作りを手伝ってくれます。

♪『絵本に出てくる食べ物』

昨年度と今年度の2年間に渡り、絵本に出てくる食べ物をテーマとして給食やおやつに提供してきました。絵本が大好きな子どもたちは毎月この日を楽しみにしていて、目をキラキラさせながら「きょうはなんのえほん？」とうれしそうでした。絵本は変わらないものなので、子どもたちが大きくなったときに、絵本を見て保育園の給食のことも思い出してくれるうれしく思います。

♪『ふじ組さんの大好きなメニュー』

3月はふじ組さんの大好きなメニューがたくさん入っている献立です。もうすぐ小学生になるふじ組さん。

保育園の好きな給食・おやつを書いてもらい1位・「まぐろカツ」2位・「納豆サラダ」3位・「コーンフレークスナック」でした。

ほかにサラダ、スープ、みそ汁、おやつなどをたくさん書いてくれたので献立に取り入れました♡小学校でも給食をモリモリ食べて大きくなってね。

※都合により献立・食材が変更になる場合があります。