



早いもので今年度もあとわずかとなりました。給食を食べる量も増え、残さず食べてくれる成長した子どもたちの笑顔を見ると、頼もしく思います。あと1か月もすると、進級、卒園です。4月からも元気に過ごせるように、体調管理に十分気を付けましょう。



3月3日 ひなまつり

ひなまつりは、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。「桃の節句」ともいいますが、本来は年齢や性別は関係なく厄払いを目的とした日でした。また、春の訪れを祝う行事でもあります。

ひなまつりの行事食



ひなあられ



ひしもち

桃色、白、緑の3色で構成されているものが一般的。『雪が解け(白)、草が芽生え(緑)、花が咲く(桃)』という春の訪れを表しています。



ちらし寿司

お祝いごと全般を含め、ひな祭りの会食にも用いられるちらし寿司。三つ葉、卵、人参、菜の花は「春の香りや爽やかさ」を表現しています。



はまぐりの潮汁

はまぐりの2枚の貝殻は、別のはまぐりの貝殻とは合わないので、1人の人と対になって離れないようにという願いが込められています。



☆3/3 (月) ひなまつり☆

- 給食 ・ばら寿司 ・三つ葉のすまし汁
 ・鮭の西京焼き ・ブロッコリーのゆかり和え ・いちご
 おやつ ・桃のカップケーキ

☆3/13 (木) お別れ会☆

- ・エビピラフ ・ミネストローネ
 ・鶏のから揚げ ・スパゲティサラダ
 ・フライドポテト ・ミニカップゼリー



~1年間の栄養報告~

香里ヶ丘保育園では子どもたちの成長と健康を考慮して、食事摂取基準を元に必要なエネルギーや栄養素が摂取できるよう、園独自の献立を管理栄養士が作成しております。

3月の給食だよりでは1年間の栄養平均値をご報告させていただきます。

(※保育園で提供する昼食と間食の栄養価です。充足率を%で示しています。)

ゆり・うめ・もも組	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
目標量	480	20.0	14.0	225	1.7
平均値	483(101%)	19.0(95%)	15.5(111%)	221(98%)	1.6(94%)
きく・たけ・ふじ組	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
目標量	585	24.0	17.0	270	2.0
平均値	556(95%)	22.0(92%)	17.6(104%)	255(94%)	1.9(95%)

今年度も、どの栄養価も充足率90%を超えることができました

来年度は今年度よりも目標量にさらに近い献立作りを目指します。

これからも子どもたちが元気に成長できるようにおいしい給食を作っていきたいと思います





令和7年 香里ヶ丘保育園

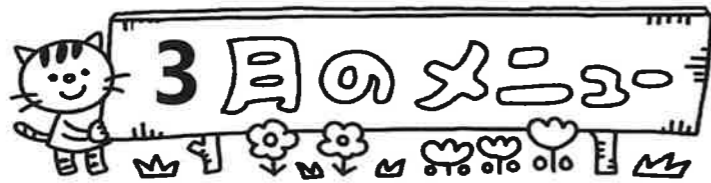
日	献立	赤	黄	緑	その他	日	献立	赤	黄	緑	その他
		血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの				血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの	
10	豚肉の生姜炒め	豚肉	砂糖・油	生姜・玉葱・青ねぎ・キャベツ・人参	醤油	17	酢豚	豚肉	片栗粉・砂糖油	生姜・玉葱・ピーマン・人参・パイン缶	酢・ケチャップ・醤油
24	さつま芋のみそ汁	みそ	さつま芋	玉葱・わかめ・しめじ	だし汁		春雨スープ	貝柱	春雨・ごま油	玉葱・人参・チンゲン菜	醤油・塩・だし汁
(月)	手作りふりかけ	干しエビ	ごま	青のり・ゆかり		(月)	ココアクッキー	卵・スキムミルク	小麦粉・バター 砂糖		ココア ベーキングパウダー
	ココアクッキー	卵・スキムミルク	小麦粉・バター 砂糖		ココア ベーキングパウダー	4	かれいねぎみそ焼き	かれい・みそ	砂糖・ごま	白ネギ	醤油・みりん
11	鮭のちゃんちゃん焼き	鮭・みそ	砂糖・バター	キャベツ・玉葱・しめじ・人参	醤油・みりん・塩	18	粉ふき芋		じゃが芋	青のり・人参	塩
25	豆腐のすまし汁	豆腐		えのき・玉葱・人参・小松菜	醤油・だし汁		わかめすまし汁	豆腐		えのき・玉葱・人参・青ねぎ・わかめ	醤油・だし汁
	フルーツサンド 【11日お誕生会】	生クリーム	ロールパン・砂糖	みかん缶・パイン缶	チョコスプレー 【うめぐみなし】	(火)	クラッカーサンド	生クリーム	クラッカー・砂糖		
(火)	クラッカーサンド	生クリーム	クラッカー・砂糖			5	ナポリタン スパゲティ	ベーコン	スパゲティ 油・砂糖	玉葱・人参・ピーマン	トマトピューレー・ウスター ケチャップ
12	しょうゆラーメン	豚肉	中華麺・ごま油	人参・ほうれん草・青ねぎ もやし・わかめ	醤油・がらスープ	19	にらのみそ汁	うす揚げ・みそ		大根・チンゲン菜・にら	だし汁
26	おかか和え	削り粉		ブロッコリー・人参	醤油	(水)	揚げパン		ロールパン・油 砂糖・グラニュー糖		
(水)	揚げパン		ロールパン・油 砂糖・グラニュー糖			6	牛肉の柳川煮	牛肉・卵	砂糖・油	ごぼう・玉葱・青ねぎ・椎茸	醤油・だし汁
27	鶏のノルウェー風	鶏肉	片栗粉・砂糖	生姜	醤油・ケチャップ・ウスター		長芋のすまし汁	豆腐	長芋	えのき・玉葱・小松菜	醤油・だし汁・塩
	ひじきの炒め煮	うす揚げ	砂糖・ごま油	ひじき・れんこん・人参 いんげん・干し椎茸	醤油・だし汁	(木)	手作りヨーグルト お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖		マンゴーソース
	小松菜のみそ汁	厚揚げ・みそ		えのき・玉葱・小松菜	だし汁	7	チキンカレー	鶏肉	じゃが芋・油	玉葱・人参・グリーンピース	カレールウ
(木)	手作りヨーグルト お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖		マンゴーソース	21	フルーツサラダ		マヨドレ	みかん缶・パイン缶・キャベツ・きゅうり	塩
14	クリームシチュー	鶏肉・生クリーム 牛乳・えび	じゃが芋 バター	玉葱・人参・白菜・ブロッコリー	クリームシチューの素	(金)	果物 チーズ	スティックチーズ		バナナ	
28	ほうれん草の ごま酢和え	ちりめんじゃこ	ごま・砂糖	キャベツ・人参・ほうれん草・わかめ	醤油・酢						
(金)	果物 チーズ	スティックチーズ		バナナ		8	豚肉とピーマンの 炒め物	豚肉	砂糖・片栗粉 ごま油	生姜・玉葱・たけのこ・ピーマン	醤油・みりん・塩
1	鯖の煮付け	鯖	砂糖	生姜	醤油・みりん	22	チンゲン菜のみそ汁	豆腐・みそ		玉葱・チンゲン菜・椎茸	だし汁
29	大根の煮物	厚揚げ	砂糖	大根・人参・グリーンピース	醤油・だし汁		いりこ	ごま味付けいりこ			
	しめじのみそ汁	みそ		しめじ・小松菜・玉葱・切干大根	だし汁	(土)	お菓子				
	いりこ	ごま味付けいりこ									
(土)	お菓子										

アレルギー食品：生クリーム(乳製品)ロールパン(乳製品・小麦)ヨーグルト(乳製品)スパゲティ(小麦)
中華麺(小麦)チョコスプレー(乳製品)クリームシチューの素(乳製品)スキムミルク(乳製品)
バター(乳製品)牛乳(乳製品)カレールウ(小麦)ベーコン(卵)スティックチーズ(乳製品)クラッカー(小麦)

《3月平均栄養価》 ※1人1日目標量

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	食物繊維(mg)	塩分(g)
乳児クラス	480(480)	18.4(20.0)	15.8(14.0)	64.1(69.0)	21.4(22.5)	1.8(2.3)	4.3(3.0)	1.7(1.7)
幼児クラス	564(585)	22.3(24.0)	18.0(17.0)	75.8(84.0)	25.2(27.0)	2.2(2.5)	3.7(3.8)	2.0(2.0)

- * 材料の都合により献立を変更することがあります。
- * (ス) マークはきく組、たけ組ふじ組さんはスプーンを忘れずに持ってきてください。
- * 11日はお誕生会の為、おやつにフルーツサンドをいただきます。
- * 3時のおやつには、おやつと牛乳をいただきます。(土曜日は、牛乳はありません。)
- * 給食で使用する“だし汁”は、毎朝昆布とかつお節からとった出汁を使用しています。
- * 3日と13日は行事食の為別紙をご覧ください。
- * 15日は卒園式・31日は新年度準備のため、給食はありません。

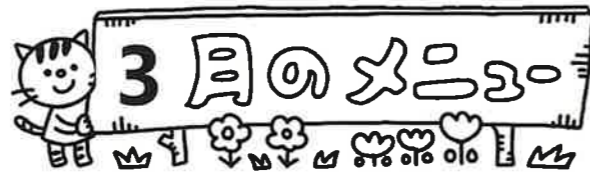


後期

令和7年3月

日	献立	食材	調味料	日	献立	食材	調味料
10	豚肉の炒め物	豚肉・玉葱・青ねぎ・キャベツ・人参	砂糖・醤油・油	17	豚肉のケチャップ煮	豚肉・玉葱・ピーマン・人参	砂糖・醤油・油 ケチャップ
24	さつまいものみそ汁	さつまいも・玉葱・わかめ	みそ・だし汁		和風スープ	チンゲン菜・玉葱・人参	醤油・だし汁
(月)	手作りふりかけ	青のり・すりごま		(月)	ココアクッキー	小麦粉・卵・スキムミルク	ココア・バター・砂糖 ベーキングパウダー
	ココアクッキー	小麦粉・卵・スキムミルク	ココア・バター・砂糖 ベーキングパウダー	4	かれいのねぎみそ焼き	かれい・すりごま・白ネギ	みそ・砂糖・醤油
11	鮭の ちゃんちゃん焼き	鮭・キャベツ・玉葱・人参	みそ・砂糖・醤油 塩・バター	18	粉ふき芋	じゃが芋・人参・青のり	塩
25	豆腐のすまし汁	豆腐・玉葱・人参・小松菜	醤油・だし汁		わかめのすまし汁	豆腐・玉葱・人参・青ねぎ・わかめ	醤油・だし汁
(火)	パン・果物 【11日お誕生会】	ロールパン・みかん缶		(火)	果物	りんご	
	果物	りんご		5	ナポリタンスパゲティ	豚肉・スパゲティ・玉葱・人参・ピーマン	ケチャップ・砂糖 トマトピューレ・油
12	しょうゆラーメン	豚肉・中華麺・人参・ほうれん草・青ねぎ もやし・わかめ	醤油	19	大根のみそ汁	大根・チンゲン菜	みそ・だし汁
26	おかか和え	ブロッコリー・人参・削り粉	醤油	(水)	パン	ロールパン	
(水)	パン	ロールパン		6	牛肉の柳川煮	牛肉・卵・玉葱・青ねぎ	砂糖・醤油・油 だし汁
27	鶏のノルウェー風	鶏肉	砂糖・醤油・ケチャップ 片栗粉		長芋のすまし汁	豆腐・長芋・玉葱・小松菜	醤油・だし汁
	ひじきの炒め煮	ひじき・人参・いんげん	砂糖・醤油・油 だし汁	(木)	手作りヨーグルト・お菓子 りんごすりすり	ヨーグルト	
	小松菜のみそ汁	小松菜・玉葱	みそ・だし汁	7	鶏の煮物	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・グリーンピース	砂糖・醤油・油 だし汁
14	煮物	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・白菜・ブロッコリー	だし汁・砂糖・醤油	21	フルーツサラダ	みかん缶・キャベツ・きゅうり	塩
28	ほうれん草のごま和え	ちりめんじゃこ・キャベツ・人参 ほうれん草・わかめ・すりごま	砂糖・醤油	(金)	果物・チーズ	スティックチーズ・バナナ	
(金)	果物・チーズ	スティックチーズ・バナナ		8	豚肉とピーマンの 炒め物	豚肉・玉葱・ピーマン	砂糖・醤油・片栗粉・油
1	鯛の煮付け	鯛	砂糖・醤油	22	チンゲン菜のみそ汁	豆腐・玉葱・チンゲン菜	みそ・だし汁
29	大根の煮物	大根・人参・グリーンピース	砂糖・醤油・だし汁	(土)	お菓子		
	小松菜のみそ汁	小松菜・玉葱	みそ・だし汁				
(土)	お菓子						

* 材料の都合により献立を変更することがあります。
 * 給食で使用するだし汁は、毎朝昆布とかつお節からとった出汁を使用しています。
 * 3日と13日は行事食のため、別紙をご覧ください。
 * 15日は卒園式・31日は新年度準備のため、給食はありません。



完了期



令和7年 香里ヶ丘保育園

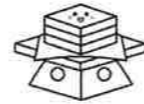
日	献立	赤	黄	緑	その他	日	献立	赤	黄	緑	その他
		血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの				血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの	
10	豚肉の炒め物	豚肉	砂糖・油	玉葱・青ねぎ・キャベツ・人参	醤油	17	酢豚	豚肉	片栗粉・砂糖 油	玉葱・ピーマン・人参・パイン缶	酢・ケチャップ・醤油
24	さつま芋のみそ汁	みそ	さつま芋	玉葱・わかめ・しめじ	だし汁		春雨スープ	貝柱	春雨・ごま油	玉葱・人参・チンゲン菜	醤油・塩・だし汁
(月)	手作りふりかけ	干しエビ	ごま	青のり・ゆかり		(月)	ココアクッキー	卵・スキムミルク	小麦粉・バター 砂糖		ココア ベーキングパウダー
	ココアクッキー	卵・スキムミルク	小麦粉・バター 砂糖		ココア ベーキングパウダー	4	かれいねぎみそ焼き	かれい・みそ	砂糖・ごま	白ネギ	醤油・みりん
11	鮭の ちゃんちゃん焼き	鮭・みそ	砂糖・バター	キャベツ・玉葱・しめじ・人参	醤油・みりん・塩	18	粉ふき芋		じゃが芋	青のり・人参	塩
25	豆腐のすまし汁	豆腐		えのき・玉葱・人参・小松菜	醤油・だし汁		わかめすまし汁	豆腐		えのき・玉葱・人参・青ねぎ・わかめ	醤油・だし汁
	フルーツサンド 【11日お誕生会】	生クリーム	ロールパン・砂糖	みかん缶・パイン缶		(火)	クラッカーサンド	生クリーム	クラッカー・砂糖		
(火)	クラッカーサンド	生クリーム	クラッカー・砂糖			5	ナポリタン スパゲティ	豚肉	スパゲティ 油・砂糖	玉葱・人参・ピーマン	トマトピューレー ケチャップ
12	しょうゆラーメン	豚肉	中華麺・ごま油	人参・ほうれん草・青ねぎ もやし・わかめ	醤油	19	にらのみそ汁	うす揚げ・みそ		大根・チンゲン菜・にら	だし汁
26	おかか和え	削り粉		ブロッコリー・人参	醤油	(水)	揚げパン		ロールパン・油 砂糖・グラニュー糖		
(水)	揚げパン		ロールパン・油 砂糖・グラニュー糖			6	牛肉の柳川煮	牛肉・卵	砂糖・油	ごぼう・玉葱・青ねぎ・椎茸	醤油・だし汁
27	鶏のノルウェー風	鶏肉	片栗粉・砂糖		醤油・ケチャップ		長芋のすまし汁	豆腐	長芋	えのき・玉葱・小松菜・	醤油・だし汁・塩
	ひじきの炒め煮	うす揚げ	砂糖・ごま油	ひじき・れんこん・人参 いんげん・干し椎茸	醤油・だし汁	(木)	手作りヨーグルト お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖		
	小松菜のみそ汁	厚揚げ・みそ		えのき・玉葱・小松菜	だし汁	7	🍷チキンカレー	鶏肉	じゃが芋・油	玉葱・人参・グリーンピース	カレーの王子様
(木)	手作りヨーグルト お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖			21	フルーツサラダ		マヨドレ	みかん缶・パイン缶・キャベツ・きゅうり	塩
14	🍷クリームシチュー	鶏肉・生クリーム 牛乳・えび	じゃが芋 バター	玉葱・人参・白菜・ブロッコリー	シチューの王子様	(金)	果物 チーズ	スティックチーズ		バナナ	
28	ほうれん草の ごま酢和え	ちりめんじゃこ	ごま・砂糖	キャベツ・人参・ほうれん草・わかめ	醤油・酢	8	豚肉とピーマンの 炒め物	豚肉	砂糖・片栗粉 ごま油	玉葱・ピーマン	醤油・みりん・塩
(金)	果物 チーズ	スティックチーズ		バナナ		22	チンゲン菜のみそ汁	豆腐・みそ		玉葱・チンゲン菜・椎茸	だし汁
1	鯖の煮付け	鯖	砂糖		醤油・みりん	(土)	お菓子				
29	大根の煮物	厚揚げ	砂糖	大根・人参・グリーンピース	醤油・だし汁						
	しめじのみそ汁	みそ		しめじ・小松菜・玉葱・切干大根	だし汁						
(土)	お菓子										

* 材料の都合により献立を変更することがあります。
 * 11日はお誕生会の為、おやつにフルーツサンドをいただきます。
 * 3時のおやつには、おやつと牛乳をいただきます。(土曜日は、牛乳はありません。)
 * 給食で使用する“だし汁”は、毎朝昆布とかつお節からとった出汁を使用しています。
 * 3日と13日は行事食の為別紙をご覧ください。
 * 15日は卒園式・31日は新年度準備のため、給食はありません。

アレルギー食品：生クリーム(乳製品)ロールパン(乳製品・小麦)ヨーグルト(乳製品)スパゲティ(小麦)
 中華麺(小麦)チョコスプレー(乳製品)クリームシチューの素(乳製品)スキムミルク(乳製品)
 バター(乳製品)牛乳(乳製品)カレールウ(小麦)ベーコン(卵)スティックチーズ(乳製品)クラッカー(小麦)



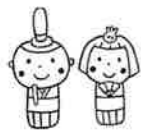
3月 行事給食献立表



日	献立	赤	黄	緑	調味料
		血や肉に なるもの	カに なるもの	体の調子を整えるもの	
【3日】 ひな祭り (月)	ばら寿司	卵・高野豆腐 ちりめんじゃこ・かまぼこ	米・砂糖	人参・れんこん・干し椎茸 グリーンピース缶・糸のり	醤油・すし酢・だし汁
	鮭の西京焼き	鮭・赤みそ・みそ	砂糖		みりん
	ブロッコリーの ゆかり和え			ブロッコリー・ゆかり	
	三つ葉のすまし汁	豆腐		玉葱・人参・えのき・三つ葉・わかめ	醤油・だし汁
	果物			いちご	
おやつ	桃のカップケーキ	卵・牛乳・生クリーム	ミックス粉・砂糖 無塩バター・粉糖	白桃缶・黄桃缶	
【13日】 お別れ会 (木)	エビピラフ	むきえび	米・バター	玉葱・人参・コーン缶・グリーンピース缶	塩
	鶏の唐揚げ	鶏肉	片栗粉・油	生姜・にんにく	醤油・みりん・塩
	スパゲティサラダ	ツナ	スパゲティ・マヨドレ	人参・きゅうり・キャベツ	塩
	フライドポテト		フライドポテト・油		塩
	ミネストローネ	※ベーコン	じゃがいも・油・砂糖	玉葱・人参・セロリ トマト水煮缶・パセリ缶	ケチャップ・醤油 だし汁・塩
デザート			ミニカップゼリー		
おやつ	ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖		マンゴーソース

アレルギー食品：生クリーム(乳製品)バター(乳製品)無塩バター(乳製品)ヨーグルト(乳製品)スパゲティ(小麦)ミックス粉(小麦)
フライドポテト(小麦)

※お別れ会で使用するベーコンは日本ハムのアレルギー対応の商品の為、小麦や卵白など一切使用していません



3月 行事給食献立表 後期

日	献立	赤	黄	緑	その他
		血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの	
【3日】 ひなまつり (月)	玉子がゆ 鮭の西京焼き 添え野菜 玉葱のすまし汁 果物	卵 鮭・赤みそ・みそ 豆腐	米 砂糖	ブロッコリー 玉葱・人参・わかめ いちご	塩 醤油・だし汁
おやつ	カップケーキ	卵・牛乳	ミックス粉・砂糖 無塩バター・粉糖		
【13日】 お別れ会 (木)	おかゆ 鶏の煮物 スパゲティサラダ 粉ふき芋 ミネストローネ デザート	鶏肉 ツナ 豚肉	米 砂糖 スパゲティ じゃがいも じゃがいも・油・砂糖	人参・きゅうり・キャベツ 玉葱・人参・トマト水煮缶 ミニカップゼリー	醤油・だし汁 塩 塩 ケチャップ・醤油 だし汁
おやつ	ヨーグルト・お菓子 りんごすりすり	ヨーグルト		りんご	



3月 行事給食献立表 完了期

日	献立	赤	黄	緑	その他
		血や肉になるもの	力になるもの	体の調子を整えるもの	
【3日】 ひなまつり (月)	ばら寿司	卵・高野豆腐 ちりめんじゃこ	米・砂糖	人参・れんこん・干し椎茸・ グリーンピース缶・糸のり	醤油・すし酢・だし汁
	鮭の西京焼き	鮭・赤みそ・みそ	砂糖		みりん
	ブロッコリーの ゆかり和え			ブロッコリー・ゆかり	
	三つ葉のすまし汁	豆腐		玉葱・人参・えのき・三つ葉・わかめ	醤油・だし汁
	果物			いちご	
おやつ	桃のカップケーキ	卵・牛乳・生クリーム	ミックス粉・砂糖 無塩バター・粉糖	白桃缶・黄桃缶	
【13日】 お別れ会 (木)	エビピラフ	むきえび	米・バター	玉葱・人参・コーン缶・グリーンピース缶	塩
	鶏の唐揚げ	鶏肉	片栗粉・油		醤油・みりん・塩
	スパゲティサラダ	ツナ	スパゲティ・マヨドレ	人参・きゅうり・キャベツ	塩
	フライドポテト		フライドポテト・油		塩
	ミネストローネ	豚肉	じゃがいも・油・砂糖	玉葱・人参・セロリ トマト水煮缶・パセリ缶	ケチャップ・醤油 だし汁・塩
デザート			ミニカップゼリー		
おやつ	ヨーグルト・お菓子	ヨーグルト	グラニュー糖		