



早いもので、今年度もあとわずかとなりました。この1年を振り返って、毎日たくさんの友達と一緒に楽しく、残さず給食を食べることができましたか？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、うれしく思います。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、体調管理には十分気を付けましょう。



## 3月の行事食



### ☆3/3 (火) ひなまつり☆

- ・ばら寿司 ・三つ葉のすまし汁
- ・鯖の西京焼き ・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



### ☆3/12 (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 ・ゼリー



### ☆3/10 (火) おたんじょう会

- ・フルーツクリームケーキ

お楽しみに…！！



## ふじ組 リクエスト給食

ふじ組の子どもたちはいよいよ卒園ですね。そこで、3月はふじ組のみんなにアンケートを取り、子どもたちがリクエストした給食やおやつが登場します！

- |          |         |
|----------|---------|
| ・給食      | ・おやつ    |
| クリームシチュー | ココアクッキー |
| ビーフカレー   | 揚げパン    |
| タンメン     | パイナップル  |
| ミートローフ   |         |



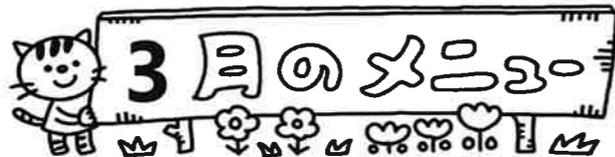
## 1年を振り返って

食育では、幼児クラスで玉葱の皮むき・椎茸の軸取り・ピーマンの種取りなどをしました。たけ・ふじ組では、旬の野菜やきのこのお話をしました。この食育を通して、今後苦手な食べ物が食べられるようになったり、食に興味を持ってもらえると嬉しく思います。

「今日の給食は何？」「明日のおやつは何？」と話しかけてくれたり、「今日の給食おいしかった！」という声を聞いて、給食を楽しみにしてくれている！美味しい給食を作るぞ！と子どもたちから元気をもらっていました。

4月と比べると苦手な食べ物も食べられるようになり、食べる量も増え、子どもたちの成長を感じられます。そんな子どもたちの成長に給食を通して携わることができ、調理一同嬉しく思い、感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。





令和8年 香里ヶ丘保育園

| 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                 |                    |
| 2   | 麻婆豆腐            | 豆腐・豚ミンチ<br>みそ       | 油・砂糖<br>片栗粉・ごま油      | 生姜・にんにく・にら・人参・玉葱<br>青ネギ・椎茸 | 醤油                 |
| 16  | 中華風スープ          | 貝柱・むきえび             | 春雨・ごま油               | 白菜・チンゲン菜・人参                | 醤油・みりん・がらスープ       |
| 30  | ココアクッキー         | スキムミルク・卵            | 小麦粉・バター<br>砂糖        |                            | ココア<br>ベーキングパウダー   |
| 17  | ミートローフ          | 合い挽きミンチ<br>豆腐・卵・牛乳  | パン粉・油                | 玉葱                         | 塩・ケチャップ<br>ウスターソース |
|     | 添え野菜            |                     |                      | ブロッコリー                     | 塩                  |
|     | ちくわのお味噌汁        | ちくわ・みそ              |                      | しめじ・大根・玉葱・わかめ              | だし汁                |
| (火) | 豆乳蒸しパン          | 豆乳                  | ミックス粉・砂糖             |                            |                    |
| 4   | ホキの<br>マヨドレ焼き   | ホキ                  | マヨドレ・油               | 玉葱                         | 塩                  |
| 18  | ブロッコリーの<br>野菜炒め | ベーコン                | 油                    | 人参・玉葱・キャベツ<br>ブロッコリー・コーン缶  | 醤油・塩               |
|     | ほうれん草の<br>お味噌汁  | 豆腐・みそ               |                      | 人参・えのき・玉葱・ほうれん草            | だし汁                |
| (水) | 果物・チーズ          | スティックチーズ            |                      | バナナ・パイン缶                   |                    |
| 5   | タンメン            | 豚肉                  | 中華麺・ごま油              | 人参・椎茸・キャベツ・もやし・ニラ<br>青ネギ   | 塩・醤油・がらスープ         |
| 19  | 大根サラダ           |                     | ごま油・砂糖<br>ごま         | 大根・人参・小松菜・コーン缶             | 酢・醤油               |
| (木) | 揚げパン            |                     | ロールパン・砂糖<br>油・グラニュー糖 |                            |                    |
| 6   | クリームシチュー        | 鶏肉・むきえび<br>生クリーム・牛乳 | じゃがいも<br>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         |
|     | ほうれん草の<br>ごまあえ  |                     | ごま・砂糖                | ほうれん草・白菜・人参                | 醤油                 |
| (金) | 手作りヨーグルト<br>お菓子 | ヨーグルト               | グラニュー糖               |                            | アップルソース            |
| 7   | 中華丼             | 豚肉・むきえび             | 油・砂糖<br>片栗粉・ごま油      | 玉葱・人参・白菜・椎茸・ピーマン           | 醤油・がらスープ           |
| 21  | 豆腐のお味噌汁         | 豆腐・みそ               |                      | 大根・玉葱・もやし・チンゲン菜            | だし汁                |
|     | いりこ             | ごま入り味付けいりこ          |                      |                            |                    |
| (土) | お菓子             |                     |                      |                            |                    |

| 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                |                       |
| 9   | 鶏のみそ焼き                    | 鶏肉・みそ           | 砂糖・油                 |                           | 醤油・みりん                |
| 23  | 五目きんぴら                    |                 | 糸こんにゃく・ごま<br>砂糖・ごま油  | ごぼう・れんこん・人参・いんげん          | だし汁・みりん・醤油            |
|     | わかめのすまし汁                  | 豆腐              |                      | 白菜・玉葱・椎茸・わかめ              | だし汁・醤油                |
| (月) | ココアクッキー                   | スキムミルク・卵        | 小麦粉・バター<br>砂糖        |                           | ココア<br>ベーキングパウダー      |
| 10  | 高野豆腐の卵とじ                  | 卵・鶏ミンチ<br>高野豆腐  | じゃがいも・油<br>砂糖・片栗粉    | 玉葱・人参・いんげん・えのき<br>ニラ・切干大根 | だし汁・醤油                |
| 24  | さつまいもの<br>お味噌汁            | みそ              | さつまいも                | 玉葱・舞茸・チンゲン菜               | だし汁                   |
|     | 手作りふりかけ                   | ちりめんじゃこ<br>糸かつお | ごま・砂糖<br>ごま油         | 小松菜                       | 酢・醤油                  |
|     | 【10日:お誕生会】<br>フルーツクリームケーキ | 卵・牛乳<br>生クリーム   | ミックス粉・砂糖<br>無塩バター    | みかん缶                      | チョコスプレー<br>(ゆり・うめ組なし) |
| (火) | 豆乳蒸しパン                    | 豆乳              | ミックス粉・砂糖             |                           |                       |
| 11  | 鮭の<br>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            | 塩・醤油・みりん              |
| 25  | 長芋のすまし汁                   | 豆腐              | 長芋                   | えのき・玉葱・小松菜                | だし汁・醤油                |
| (水) | 果物・チーズ                    | スティックチーズ        |                      | バナナ・パイン缶                  |                       |
| 26  | 和風スパゲティ                   | ベーコン            | スパゲティ・バター            | 玉葱・しめじ・えのき・椎茸・人参<br>ピーマン  | 塩・醤油                  |
| 19  | 麩のお味噌汁                    | みそ              | 麩                    | 大根・玉葱・白菜・青ネギ・わかめ          | だし汁                   |
| (木) | 揚げパン                      |                 | ロールパン・砂糖<br>油・グラニュー糖 |                           |                       |
| 13  | ビーフカレー                    | 牛肉              | じゃがいも・油              | 玉葱・人参・グリーンピース             | カレールウ                 |
| 27  | マカロニサラダ                   | ツナ              | マカロニ・マヨドレ            | キャベツ・きゅうり・コーン缶            | 塩                     |
| (金) | 手作りヨーグルト<br>お菓子           | ヨーグルト           | グラニュー糖               |                           | アップルソース               |
| 28  | 鶏肉と野菜の<br>あんかけ            | 鶏肉              | 砂糖・片栗粉               | 玉葱・人参・三つ葉・椎茸              | だし汁・醤油・みりん            |
|     | じゃがいもの<br>お味噌汁            | 豆腐・みそ           | じゃがいも                | 玉葱・小松菜・しめじ・わかめ            | だし汁                   |
|     | いりこ                       | ごま入り味付けいりこ      |                      |                           |                       |
| (土) | お菓子                       |                 |                      |                           |                       |

アレルギー食品:ヨーグルト(乳製品)バター(乳製品)スティックチーズ(乳製品)ベーコン(卵白)ヨーグルト(乳製品)クリームシチューの素(乳製品)生クリーム(乳製品)チョコスプレー(乳製品)スキムミルク(乳製品)ロールパン(乳製品)

《3月平均栄養価》 ※ ( )は目標量

|       | 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) | 食物繊維(mg) | 塩分(g)    |
|-------|-------------|------------|------------|------------|-----------|----------|----------|
| 乳児クラス | 467(480)    | 19.2(20.0) | 15.7(14.0) | 66.1(69.0) | 221(225)  | 4.0(3.0) | 1.6(1.7) |
| 幼児クラス | 560(585)    | 23.3(24.0) | 18.7(18.0) | 79.2(84.0) | 263(270)  | 5.0(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。

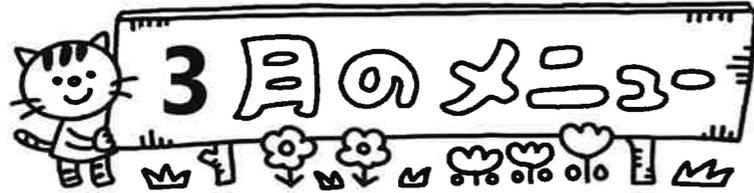
\* ㊟マークはきく組、たけ組、ふじ組さんはスプーンを忘れずに持ってきてください。

\* 10日はお誕生会の為、おやつにフルーツクリームケーキをいただきます。

\* 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12日は行事食の為別紙をご覧ください

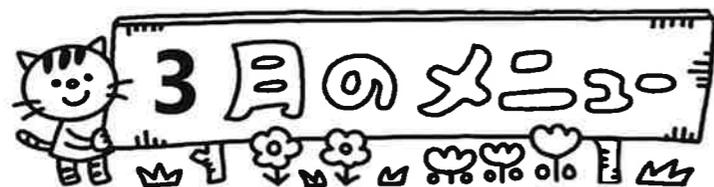


# 初期

アレルギーがある場合は、除去する食品に×印の記入をお願いします。

令和8年 3月

| 日     | 献立         | 食材           | 調味料  | 日   | 献立         | 食材          | 調味料  |
|-------|------------|--------------|------|-----|------------|-------------|------|
| 2     | おかゆ        | 米            |      | 9   | おかゆ        | 米           |      |
| 16    | 豆腐のペースト    | 豆腐           | 昆布だし | 23  | 豆腐のペースト    | 豆腐          | 昆布だし |
| 30(月) | 野菜スープ      | 白菜(ペースト)     | 〃    | (月) | 野菜スープ      | 人参(ペースト)    | 〃    |
| 3     | おかゆ        | 米            |      | 10  | おかゆ        | 米           |      |
| 17    | 南瓜のペースト    | 南瓜           | 昆布だし | 24  | さつまいものペースト | さつまいも       | 昆布だし |
| (火)   | 野菜スープ      | ブロッコリー(ペースト) | 〃    | (火) | 野菜スープ      | チンゲン菜(ペースト) | 〃    |
| 4     | おかゆ        | 米            |      | 11  | おかゆ        | 米           |      |
| 18    | 豆腐のペースト    | 豆腐           | 昆布だし | 25  | 豆腐のペースト    | 豆腐          | 昆布だし |
| (水)   | 野菜スープ      | キャベツ(ペースト)   | 〃    | (水) | 野菜スープ      | 小松菜(ペースト)   | 〃    |
| 5     | おかゆ        | 米            |      | 12  | おかゆ        | 米           |      |
| 19    | さつまいものペースト | さつまいも        | 昆布だし | 26  | 大根のペースト    | 大根          | 昆布だし |
| (木)   | 野菜スープ      | 小松菜(ペースト)    | 〃    | (木) | 野菜スープ      | 玉葱(ペースト)    | 〃    |
| 6     | おかゆ        | 米            |      | 13  | おかゆ        | 米           |      |
|       | じゃがいものペースト | じゃがいも        | 昆布だし | 27  | じゃがいものペースト | じゃがいも       | 昆布だし |
| (金)   | 野菜スープ      | ほうれん草(ペースト)  | 〃    | (金) | 野菜スープ      | キャベツ(ペースト)  | 〃    |
| 7     | おかゆ        | 米            |      | 28  | おかゆ        | 米           |      |
| 21    | 豆腐のペースト    | 豆腐           | 昆布だし |     | 豆腐のペースト    | 豆腐          | 昆布だし |
| (土)   | 野菜スープ      | チンゲン菜(ペースト)  | 〃    | (土) | 野菜スープ      | 小松菜(ペースト)   | 〃    |

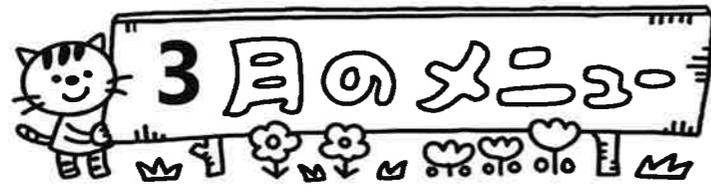


# 中期

アレルギーがある場合は、除去する食品に  
×印の記入をお願いします。

令和8年 3月

| 日   | 献立      | 食材           | 調味料        | 日   | 献立      | 食材          | 調味料        |
|-----|---------|--------------|------------|-----|---------|-------------|------------|
| 2   | 豆腐のトロ煮  | 豆腐           | だし(昆布・削り節) | 9   | 鯛の旨煮    | 鯛           | だし(昆布・削り節) |
| 16  | 野菜の含め煮  | さつまいも・南瓜     | 〃          | 23  | 野菜のトロ煮  | 人参・さつまいも    | 〃          |
| 30  | 野菜スープ   | チンゲン菜・小松菜    | 〃          |     | 野菜スープ   | 白菜・玉葱       | 〃          |
| (月) | りんごすりすり | りんご          |            | (月) | りんごすりすり | りんご         |            |
| 3   | ささみの旨煮  | ささみ          | だし(昆布・削り節) | 10  | ささみの旨煮  | ささみ         | だし(昆布・削り節) |
| 17  | 野菜のトロ煮  | ブロッコリー・大根    | 〃          | 24  | 野菜の含め煮  | じゃがいも・南瓜    | 〃          |
|     | 野菜スープ   | 玉葱・人参        | 〃          |     | 野菜スープ   | チンゲン菜・人参    | 〃          |
| (火) | ふかし芋    | さつまいも        |            | (火) | ふかし芋    | さつまいも       |            |
| 4   | ホキの旨煮   | ホキ           | だし(昆布・削り節) | 11  | 鮭の旨煮    | 鮭           | だし(昆布・削り節) |
| 18  | 野菜の旨煮   | さつまいも・ブロッコリー | 〃          | 25  | 野菜の旨煮   | さつまいも・人参    | 〃          |
|     | 野菜スープ   | ほうれん草・キャベツ   | 〃          |     | 野菜スープ   | キャベツ・小松菜    | 〃          |
| (水) | りんごすりすり | りんご          |            | (水) | りんごすりすり | りんご         |            |
| 5   | ささみの旨煮  | ささみ          | だし(昆布・削り節) | 12  | 麩の含め煮   | 麩           | だし(昆布・削り節) |
| 19  | 野菜の含め煮  | 大根・南瓜        | 〃          | 26  | 野菜のトロ煮  | 大根・南瓜       | 〃          |
|     | 野菜スープ   | 小松菜・キャベツ     | 〃          |     | 野菜スープ   | 白菜・玉葱       | 〃          |
| (木) | ふかし芋    | さつまいも        |            | (木) | ふかし芋    | さつまいも       |            |
| 6   | 麩の含め煮   | 麩            | だし(昆布・削り節) | 13  | ささみの旨煮  | ささみ         | だし(昆布・削り節) |
|     | 野菜の含め煮  | じゃがいも・さつまいも  | 〃          | 27  | 野菜の含め煮  | じゃがいも・さつまいも | 〃          |
|     | 野菜スープ   | ほうれん草・白菜     | 〃          |     | 野菜スープ   | キャベツ・人参     | 〃          |
| (金) | りんごすりすり | りんご          |            | (金) | りんごすりすり | りんご         |            |
| 7   | 豆腐のトロ煮  | 豆腐           | だし(昆布・削り節) | 28  | 豆腐のトロ煮  | 豆腐          | だし(昆布・削り節) |
| 21  | 野菜の含め煮  | 大根・南瓜        | 〃          |     | 野菜の旨煮   | 南瓜・人参       | 〃          |
|     | 野菜スープ   | 白菜・チンゲン菜     | 〃          |     | 野菜スープ   | 小松菜・玉葱      | 〃          |
| (土) | お菓子     |              |            | (土) | お菓子     |             |            |



# 後期

アレルギーがある場合は、除去する食品に  
×印の記入をお願いします。

令和8年 3月

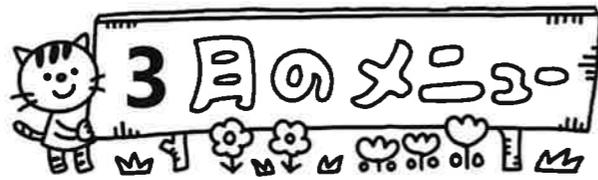
| 日   | 献立                                | 食材  | 調味料                 | 日   | 献立                      | 食材                              | 調味料                 |
|-----|-----------------------------------|---|---------------------|-----|-------------------------|---------------------------------|---------------------|
| 2   | 麻婆豆腐                              | 豆腐・豚ミンチ・人参・玉葱・青ネギ                           | 油・みそ・砂糖・醤油<br>片栗粉   | 9   | 鶏のみそ焼き                  | 鶏肉                              | 油・砂糖・醤油             |
| 16  | 白菜のすまし汁                           | 白菜・チンゲン菜・人参                                 | だし汁・醤油              | 23  | 五目きんぴら                  | すりごま・人参・いんげん                    | 油・砂糖・醤油<br>だし汁      |
| 30  |                                   |   |                     |     | わかめのすまし汁                | 豆腐・白菜・玉葱・わかめ                    | だし汁・醤油              |
| (月) | ココアクッキー                           | スキムミルク・卵・小麦粉・ココア                            | 砂糖・バター<br>ベーキングパウダー | (月) | ココアクッキー                 | スキムミルク・卵・小麦粉・ココア                | 砂糖・バター<br>ベーキングパウダー |
| 17  | ミートローフ                            | 合い挽きミンチ・豆腐・卵<br>玉葱・牛乳・パン粉                   | 油・ケチャップ             | 10  | 高野豆腐の卵とじ                | 卵・高野豆腐・鶏ミンチ・じゃがいも<br>玉葱・人参・いんげん | 油・砂糖・片栗粉<br>だし汁・醤油  |
|     | 添え野菜                              | ブロッコリー                                      | 塩                   | 24  | さつまいもの<br>お味噌汁          | さつまいも・玉葱・チンゲン菜                  | だし汁・みそ              |
|     | 大根のお味噌汁                           | 大根・玉葱・わかめ                                   | だし汁・みそ              |     | 手作りふりかけ                 | ちりめんじゃこ・糸かつお<br>すりごま・小松菜        | 油・砂糖・醤油             |
| (火) | 豆乳蒸しパン                            | 豆乳・ミックス粉                                    | 砂糖                  |     | 【10日:お誕生会】<br>フルーツケーキ   | 卵・牛乳・ミックス粉・みかん缶                 | 砂糖・無塩バター            |
| 4   | ホキの塩焼き                            | ホキ  | 塩                   | (火) | 豆乳蒸しパン                  | 豆乳・ミックス粉                        | 砂糖                  |
| 18  | ブロッコリーの<br>野菜炒め<br>ほうれん草の<br>お味噌汁 | 豚肉・人参・玉葱・キャベツ・ブロッコリー・コーン缶<br>豆腐・人参・玉葱・ほうれん草 | 油・醤油・塩<br>だし汁・みそ    | 11  | 鮭の<br>ちゃんちゃん焼き          | 鮭・キャベツ・玉葱・人参                    | みそ・砂糖・バター<br>塩・醤油   |
| (水) | 果物・チーズ                            | バナナ・スティックチーズ                                |                     | 25  | 長芋のすまし汁                 | 豆腐・長芋・玉葱・小松菜                    | だし汁・醤油              |
| 5   | タンメン                              | 豚肉・中華麺・人参・キャベツ・もやし・青ネギ                      | だし汁・醤油              | (水) | 果物・チーズ                  | バナナ・スティックチーズ                    |                     |
| 19  | 大根サラダ                             | すりごま・大根・人参・小松菜・コーン缶                         | 砂糖・醤油               | 26  | 和風スパゲティ                 | 豚肉・スパゲティ・玉葱・人参・ピーマン             | バター・醤油・塩            |
| (木) | パン                                | ロールパン                                       |                     |     | 麩のお味噌汁                  | 麩・大根・玉葱・白菜・青ネギ・わかめ              | だし汁・醤油              |
| 6   | 鶏肉と野菜の煮物                          | 鶏肉・じゃがいも・玉葱・人参<br>白菜・ブロッコリー                 | 油                   | (木) | パン                      | ロールパン                           |                     |
|     | ほうれん草のごま和え                        | すりごま・ほうれん草・白菜・人参                            | 砂糖・醤油               | 13  | 肉じゃが                    | 牛肉・じゃがいも・玉葱・人参・グリーンピース          | 油・砂糖・醤油<br>だし汁      |
| (金) | 手作りヨーグルト<br>りんごすりすり・お菓子           | ヨーグルト・りんご                                   |                     | 27  | マカロニサラダ                 | ツナ・マカロニ・キャベツ・きゅうり・コーン缶          | 塩                   |
| 7   | 中華丼                               | 豚肉・玉葱・人参・白菜・ピーマン                            | 油・砂糖・醤油<br>だし汁      | (金) | 手作りヨーグルト<br>りんごすりすり・お菓子 | ヨーグルト・りんご                       |                     |
| 21  | 豆腐のお味噌汁                           | 豆腐・大根・玉葱・もやし・チンゲン菜                          | だし汁・みそ              | 28  | 鶏肉と野菜のあんかけ              | 鶏肉・玉葱・人参                        | 砂糖・片栗粉<br>だし汁・醤油    |
| (土) | お菓子                               |   |                     |     | じゃがいもの<br>お味噌汁          | 豆腐・じゃがいも・玉葱・小松菜・わかめ             | だし汁・みそ              |

\* 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。

\* 10日はお誕生日会の為、フルーツケーキをいただきます。

\* 3日と12日は行事食のため、別紙をご覧ください。



# 完了期



令和8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                |            |
| 2   | 麻婆豆腐             | 豆腐・豚ミンチ<br>みそ       | 油・砂糖<br>片栗粉・ごま油      | にら・人参・玉葱・青ネギ・椎茸           | 醤油               | 9   | 鶏のみそ焼き                    | 鶏肉・みそ           | 砂糖・油                 |                           | 醤油・みりん     |
| 16  | 和風スープ            | 貝柱・むきえび             | 春雨・ごま油               | 白菜・チンゲン菜・人参               | だし汁・醤油・みりん       | 23  | 五目きんぴら                    |                 | ごま・砂糖<br>ごま油         | ごぼう・れんこん・人参・いんげん          | だし汁・みりん・醤油 |
| 30  | ココアクッキー          | スキムミルク・卵            | 小麦粉・バター<br>砂糖        |                           | ココア<br>ベーキングパウダー | (月) | わかめのすまし汁                  | 豆腐              |                      | 白菜・玉葱・椎茸・わかめ              | だし汁・醤油     |
| 17  | ミートローフ           | 合い挽きミンチ<br>豆腐・卵・牛乳  | パン粉・油                | 玉葱                        | 塩・ケチャップ          | 10  | 高野豆腐の卵とじ                  | 卵・高野豆腐<br>鶏ミンチ  | じゃがいも・油<br>砂糖・片栗粉    | 玉葱・人参・いんげん・えのき<br>にら・切干大根 | だし汁・醤油     |
| (火) | 添え野菜             |                     |                      | ブロッコリー                    | 塩                | 24  | さつまいもの<br>お味噌汁            | みそ              | さつまいも                | 玉葱・舞茸・チンゲン菜               | だし汁        |
|     | しめじのお味噌汁         | みそ                  |                      | しめじ・大根・玉葱・わかめ             | だし汁              |     | 手作りふりかけ                   | ちりめんじゃこ<br>糸かつお | ごま・砂糖<br>ごま油         | 小松菜                       | 酢・醤油       |
|     | 豆乳蒸しパン           | 豆乳                  | ミックス粉・砂糖             |                           |                  | (火) | 【10日:お誕生会】<br>フルーツクリームケーキ | 卵・牛乳<br>生クリーム   | ミックス粉・砂糖<br>無塩バター    | みかん缶                      |            |
| 4   | ホキの<br>マヨドレ焼き    | ホキ                  | マヨドレ・油               | 玉葱                        | 塩                | 11  | 鮭の<br>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            | 塩・醤油・みりん   |
| 18  | ブロッコリー入り<br>野菜炒め | 豚肉                  | 油                    | 人参・玉葱・キャベツ・ブロッコリー<br>コーン缶 | 醤油・塩             | 25  | 長芋のすまし汁                   | 豆腐              | 長芋                   | えのき・玉葱・小松菜                | だし汁・醤油     |
| (水) | 果物・チーズ           | スティックチーズ            |                      | バナナ・パイン缶                  |                  | (水) | 果物・チーズ                    | スティックチーズ        |                      | バナナ・パイン缶                  |            |
| 5   | タンメン             | 豚肉                  | 中華麺・ごま油              | 人参・椎茸・キャベツ・もやし・にら<br>青ネギ  | 塩・醤油・だし汁         | 26  | 和風スパゲティ                   | 豚肉              | スパゲティ・バター            | 玉葱・しめじ・えのき・椎茸・人参<br>ピーマン  | 塩・醤油       |
| 19  | 大根サラダ            |                     | ごま油・砂糖<br>ごま         | 大根・人参・小松菜・コーン缶            | 酢・醤油             |     | 麩のお味噌汁                    | みそ              | 麩                    | 大根・玉葱・白菜・青ネギ・わかめ          | だし汁        |
| (木) | 揚げパン             |                     | ロールパン・砂糖<br>油・グラニュー糖 |                           |                  | (木) | 揚げパン                      |                 | ロールパン・砂糖<br>油・グラニュー糖 |                           |            |
| 6   | クリームシチュー         | 鶏肉・むきえび<br>生クリーム・牛乳 | じゃがいも<br>バター         | 玉葱・人参・白菜・ブロッコリー           | シチューの王子様         | 13  | ビーフカレー                    | 牛肉              | じゃがいも・油              | 玉葱・人参・グリーンピース             | カレーの王子様    |
| (金) | ほうれん草の<br>ごまあえ   |                     | ごま・砂糖                | ほうれん草・白菜・人参               | 醤油               | 27  | マカロニサラダ                   | ツナ              | マカロニ・マヨドレ            | キャベツ・きゅうり・コーン缶            | 塩          |
|     | 手作りヨーグルト<br>お菓子  | ヨーグルト               | グラニュー糖               |                           |                  | (金) | 手作りヨーグルト<br>お菓子           | ヨーグルト           | グラニュー糖               |                           |            |
| 7   | 中華丼              | 豚肉・むきえび             | 油・砂糖<br>片栗粉・ごま油      | 玉葱・人参・白菜・椎茸・ピーマン          | 醤油・だし汁           | 28  | 鶏肉と野菜の<br>あんかけ            | 鶏肉              | 砂糖・片栗粉               | 玉葱・人参・三つ葉・椎茸              | だし汁・醤油・みりん |
| 21  | 豆腐のお味噌汁          | 豆腐・みそ               |                      | 大根・玉葱・もやし・チンゲン菜           | だし汁              |     | じゃがいもの<br>お味噌汁            | 豆腐・みそ           | じゃがいも                | 玉葱・小松菜・しめじ・わかめ            | だし汁        |
| (土) | お菓子              |                     |                      |                           |                  | (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。  
 \* 10日はお誕生日会の為、おやつにフルーツクリームケーキをいただきます。  
 \* 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12日は行事食の為別紙をご覧ください。

# 3月 行事給食献立表

| 日     | 献立               | 赤                      | 黄                    | 緑                             | その他               |
|-------|------------------|------------------------|----------------------|-------------------------------|-------------------|
|       |                  | 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)  | ばら寿司             | 高野豆腐・ちりめんじゃこ<br>かまぼこ・卵 | 米・砂糖                 | 干し椎茸・れんこん・人参<br>きざみ海苔・グリーンピース | 醤油・だし汁・すし酢        |
| ひな祭り  | 鱈の西京焼き           | 鱈・赤味噌・みそ               | 砂糖                   |                               | みりん               |
|       | ブロッコリーの<br>ゆかり和え |                        |                      | ブロッコリー・ゆかり                    |                   |
|       | 三つ葉のすまし汁         | 豆腐                     |                      | 椎茸・玉葱・人参・三つ葉                  | だし汁・醤油            |
|       | いちご              |                        |                      | 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・無塩バター<br>砂糖・粉糖 | 黄桃缶・白桃缶                       |                   |
| (12日) | エビピラフ            | むきえび                   | 米・バター                | 玉葱・人参・コーン・グリーンピース             | 塩                 |
| お別れ会  | 鶏の唐揚げ            | 鶏肉                     | 片栗粉・油                | 土生姜・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・トマト水煮缶<br>セロリ・パセリ缶      | ケチャップ・醤油<br>だし汁・塩 |
| デザート  |                  |                        | ゼリー                  |                               |                   |
| おやつ   | 揚げパン             |                        | ロールパン・砂糖<br>油・グラニュー糖 |                               |                   |

\*アレルギー食品：バター(乳製品) 無塩バター(乳製品) 生クリーム(乳製品) ロールパン(乳製品)

※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 完了期

| 日     | 献立               | 赤                 | 黄                    | 緑                             | その他               |
|-------|------------------|-------------------|----------------------|-------------------------------|-------------------|
|       |                  | 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)  | ばら寿司             | 高野豆腐<br>ちりめんじゃこ・卵 | 米・砂糖                 | 干し椎茸・れんこん・人参<br>きざみ海苔・グリーンピース | 醤油・だし汁・すし酢        |
| ひな祭り  | 鱈の西京焼き           | 鱈・赤味噌・みそ          | 砂糖                   |                               | みりん               |
|       | ブロッコリーの<br>ゆかり和え |                   |                      | ブロッコリー・ゆかり                    |                   |
|       | 三つ葉のすまし汁         | 豆腐                |                      | 椎茸・玉葱・人参・三つ葉                  | だし汁・醤油            |
|       | いちご              |                   |                      | 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・無塩バター<br>砂糖・粉糖 | 黄桃缶・白桃缶                       |                   |
| (12日) | エビピラフ            | むきえび              | 米・バター                | 玉葱・人参・コーン・グリーンピース             | 塩                 |
| お別れ会  | 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・トマト水煮缶<br>セロリ・パセリ缶      | ケチャップ・醤油<br>だし汁・塩 |
| デザート  |                  |                   | ゼリー                  |                               |                   |
| おやつ   | 揚げパン             |                   | ロールパン・砂糖<br>油・グラニュー糖 |                               |                   |