

令和7年 3月 給食献立表

さくら保育園

日	曜日	朝おやつ	献立名	午後おやつ
1	土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
3	月	野菜ジュース	ちらし寿司 (ごはん・酢・砂糖・醤油・人参・蓮根・油揚げ・しいたけ・卵・さやえんどう・さくらでんぶ・のり) 鮪ステーキ (まぐろ・塩・こしょう) 白菜のお浸し(白菜・キャベツ・かつお節・醤油) 花麩のスープ (花麩・人参・わかめ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	ひなあられ風お麩ラスク (お麩・砂糖・バター・抹茶・イチゴパウダー) ジョア(いちご味)
			ごはん 鶏肉の照り焼き (鶏肉・酒・醤油・砂糖・みりん・しょうが) 小松菜の和風ツナ和え (小松菜・キャベツ・人参・ツナ・かつお節・醤油) なめこのみそ汁 (なめこ・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	抹茶クッキー (抹茶・小麦粉・卵・バター・砂糖) 牛乳
5	水	ソーセージ	ごはん 豚大根 (豚肉・人参・大根・いんげん・なると・しょうが・砂糖・みそ・醤油・みりん) 小松菜のお浸し (小松菜・キャベツ・かつお節・醤油) 玉ねぎのみそ汁 (玉ねぎ・人参・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	マシュマロトースト (マシュマロ・食パン) 麦茶
			サンドイッチ(イチゴジャム)・コーンパン・カレーパン(幼児のみ) 鶏のから揚げ(鶏肉・片栗粉・しょうが・にんにく・醤油・酒) ミートボール マカロニサラダ (マカロニ・人参・きゅうり・マヨネーズ) チーズ・バナナ・オレンジ・野菜ジュースorりんごジュース(乳児:野菜ジュース)	フルーチェ (いちご味・牛乳) ビスケット
7	金	ヨーグルト	ごはん 豆腐団子のユーリンチー風 (豆腐・鶏肉・ピーマン・白葱・生姜・醤油・砂糖・酢・ごま油・片栗粉) 白菜とひじきのおかか和え (白菜・キャベツ・油揚げ・ひじき・かつお節・醤油) しいたけのスープ (しいたけ・人参・玉ねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	塩焼きそば (やきそば・キャベツ・ピーマン・人参・玉ねぎ・ごま油・中華だし) 麦茶
			☆大そうじ☆	
10	月	飲むヨーグルト	チキンカツカレーライス (ごはん・玉葱・人参・じゃが芋・チーズ・りんご・カレールウ・鶏肉・卵・小麦粉・パン粉) コールスローサラダ (キャベツ・きゅうり・夏みかん缶・酢・砂糖・塩)	フルーツサンド (食パン・生クリーム・砂糖・もも缶・みかん缶) 乳児…生クリームなし・ジャム りんごジュース
			ごはん さばの味噌煮 (さば・みそ・砂糖・醤油・みりん・酒・しょうが・かつおだし・さばだし) ほうれん草のお浸し (ほうれん草・キャベツ・かつお節・醤油) 豚汁 (人参・大根・ごぼう・こんにゃく・豚肉・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	レモンケーキ (ホットケーキミックス・レモン汁・卵・生クリーム・砂糖・バター・ベーキングパウダー) スキムミルク (脱脂粉乳): 幼児ココア味
12	水	せんべい	チャンポン麺 (ラーメン・かまぼこ・人参・玉ねぎ・豚肉・キャベツ・コーン・さやえんどう・鶏ガラ・醤油・片栗粉) チーズ・バナナ スタミナ納豆ごはん (ごはん・納豆・鶏肉・葱・にんにく・しょうが・醤油・砂糖・ごま油)	さくらゼリー (ゼリーの素:もも・青りんご)
			やみついきゅうり(きゅうり・鶏ガラ・ごま・ごま油) たくあん 島田汁 (じゃが芋・大根・人参・玉葱・ごぼう・しいたけ・レタス・油揚げ・みそ・かつおだし・さばだし・茶葉)	ピザトースト (食パン・玉ねぎ・ピーマン・ベーコン・ケチャップ・チーズ) 麦茶
14	金	野菜ジュース	☆思い出手つなぎ遠足☆	みかんゼリー (乳児:オレンジゼリー・せんべい付)
15	土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
17	月	チーズ	食パン 鮭の香りフライ (鮭・小麦粉・卵・パン粉・黒ごま・青のり) キャベツの胡麻マヨネーズ和え (キャベツ・人参・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・すりごま・醤油) クリームシチュー (じゃがいも・人参・玉ねぎ・マカロニ・コーン・牛乳・シチュールウ)	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・みかん缶・バナナ)
			ごはん ハンバーグ (豚肉・人参・玉ねぎ・卵・パン粉・ケチャップ) ゆたかあえ (人参・こんにゃく・たくあん・いんげん・黒ごま・砂糖・醤油・マヨネーズ) わかめスープ (コーン・人参・わかめ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	チーズまんじゅう (ホットケーキミックス・卵・牛乳・バター・クリームチーズ・砂糖) 牛乳
19	水	ウエハース	ハヤシライス (ごはん・玉ねぎ・人参・じゃが芋・牛肉・ハヤシルウ) ツナサラダ (大根・人参・きゅうり・シーチキン・マヨネーズ・醤油) ミントマト	ワッフル スキムミルク (脱脂粉乳)

20	木		☆春分の日☆	
21	金	飲むヨーグルト	しょうゆラーメン (ラーメン・豚肉・キャベツ・人参・もやし・コーン・なると・醤油・鶏ガラ) チーズかまぼこ バナナ	チョコチップクッキー (小麦粉・チョコチップ・卵・バター・砂糖) 乳児…チョコなし 牛乳
22	土		☆卒園式☆	
24	月	バナナ	麻婆豆腐丼 (豚肉・鶏肉・豆腐・人参・玉ねぎ・白葱・にんにく・生姜・みそ・赤みそ・みりん・酒・醤油・砂糖・ごま油・中華だし・片栗粉) 小魚サラダ (しらす・大根・人参・きゅうり・りんご・マヨネーズ) やみついきゅうり (きゅうり・鶏ガラ・ごま・ごま油)	ドラえもんパン (カスタードクリームパン) スキムミルク (脱脂粉乳): 幼児ココア味
25	火	ヨーグルト	ごはん 鮭の味噌マヨ焼き (鮭・みそ・マヨネーズ) 小松菜の納豆和え (小松菜・納豆・人参・白菜・醤油) 和風ポトフ (人参・じゃが芋・大根・こんにゃく・鶏肉・ベーコン・かつおだし・さばだし・塩)	マカロニのトマト煮 (マカロニ・鶏肉・人参・玉ねぎ・パセリ・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ) 麦茶
26	水	ビスケット	食パン 白はんぺんフライ (白はんぺん・卵・小麦粉・パン粉・ソース) 納豆サラダ (納豆・人参・きゅうり・りんご・チーズ・シーチキン・酢・砂糖・醤油) 野菜スープ (人参・じゃが芋・いんげん・キャベツ・ベーコン・コンソメ)	ひとくちゼリー
27	木	せんべい	ごはん 松風焼き (鶏肉・玉葱・人参・卵・パン粉・しょうが・みそ・ごま・砂糖・醤油・酒) ほうれん草のごま和え (ほうれん草・キャベツ・人参・わかめ・すりごま・醤油・砂糖) おふのみそ汁 (麩・人参・たまねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	しらすトースト (食パン・しらす・チーズ・青のり・マヨネーズ) 麦茶
28	金	チーズ	ごはん 鶏肉の塩レモン焼き (鶏肉・酒・塩・みりん・醤油・砂糖・レモン汁・パセリ) コロコロサラダ (じゃがいも・人参・きゅうり・ウインナー・マヨネーズ) 大根のみそ汁 (大根・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	カルピスグミ (カルピス・ゼラチン・砂糖) ビスケット 麦茶
29	土		☆家庭保育の日☆	
31	月		☆家庭保育の日☆	

除去はありません
除去があります

ひよこ組のみチェックをお願いします
 ☆3月の1日当たりの平均栄養摂取量です☆
 <<左: 幼児 / 右: 乳児>>

エネルギー (Kcal)	689	574
たんぱく質 (g)	27	22.4
脂質 (g)	22.1	17.8
Ca (mg)	247	243
Vo (g)	28	22
鉄分 (mg)	2.5	2.1
塩分 (g)	2.4	2.1

切日
月 日

☆今年度最後の月になりました☆

4月に比べ子どもたちは、たくましさや頼もしさが備わってきたように感じる今日この頃。食事面においても、苦手なものもいろいろな方法で提供することにより少しずつ食べられるようになったり、お箸の使い方が上手になったりとその子なりのペースでそれぞれ成長してきました。乳幼児期は心も体も著しく成長するため、食事も重要な役割を果たします。この時期に大切なのは「食べることで幸せ！」とたくさん感じられることだと思います。ちょっとした工夫で『楽しい! 嬉しい! 幸せ!』と思ってくれると嬉しいです。5歳児は卒園を迎え、4月から小学生になります。小学校へ行っても栄養たっぷりのおいしい給食を食べて元気いっぱい過ごしてほしいと願っています。これからも、園の子ども皆が「食べられる自信」をもって少しずつ成長していけることを願っています。それぞれの家庭の味にはかきませんが「思い出の味・愛のある給食」を目指していきたいと思っています。

☆かもめぐみ～給食・おやつベスト3～☆ 3月の給食の献立に
 1位 チャンポン麺 1位 塩焼きそば かもめさんのベスト3と人気メニューが入っています!
 2位 ハヤシライス 2位 ピザトースト
 3位 ハンバーグ 3位 抹茶クッキー いつも「美味しい!」と言ってくれてありがとう～!

