

3月 献立表 幼児食

2026年 3月

宮ヶ迫保育園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
2月	洋風肉じゃが マカロニサラダ オレンジ	○牛乳 ◎牛乳 ◎お菓子	☆牛もも肉、☆卵、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆グリーンピース、☆きゅうり、☆ネーブルオレンジ	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆砂糖、☆マカロニ	☆料理酒、☆トマトケチャップ、☆しょうゆ、☆カレー粉、☆穀物酢、☆塩こしょう、☆お菓子
3火	鮭の塩焼き 蒸しブロッコリー 和風サラダ バナナ	○牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ ◎カルピス	☆さけ、☆ツナ缶、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆ブロッコリー、☆きゅうり、☆レタス、☆にんじん、☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆砂糖	☆食塩、☆しょうゆ、☆穀物酢、☆本みりん、☆お菓子、☆カルピス
4水	豆腐のおとし揚げ 付け合わせ(レタス) もやしのナムル パイン缶	○牛乳 ◎牛乳 ◎お菓子	☆木綿豆腐、☆しらす干し、☆豚ひき肉、☆卵、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ねぎ、☆レタス、☆サニーレタス、☆太もやし、☆きゅうり、☆パイナップル缶	☆かたくり粉、☆サラダ油、☆ごま油、☆砂糖	☆塩こしょう、☆お好み焼きソース、☆ウスターソース、☆しょうゆ、☆穀物酢、☆お菓子
5木	煮込みハンバーグ 蒸しブロッコリー 春雨生酢 バナナ	○牛乳 ◎たまご蒸しケーキ ◎牛乳	☆牛ひき肉、☆豚ひき肉、☆木綿豆腐、☆卵、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ブロッコリー、☆きゅうり、☆バナナ	☆パン粉、☆サラダ油、☆砂糖、☆はるさめ、☆すりごま、☆ホットケーキミックス	☆塩こしょう、☆トマトケチャップ、☆ウスターソース、☆本みりん、☆穀物酢
6金	鶏の照り焼き 磯辺ポテト 豆乳スープ りんご	○牛乳 ◎ぶどうゼリー ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆豆乳、☆麦みそ、☆牛乳	☆しょうが、☆にんにく、☆あおのり、☆キャベツ、☆にんじん、☆たまねぎ、☆葉ねぎ、☆りんご	☆砂糖、☆サラダ油、☆じゃがいも、☆はるさめ	☆しょうゆ、☆料理酒、☆食塩、☆鶏がらだし、☆ぶどうゼリー
7土	焼きそば かぼちゃの煮付 パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚ばら肉、☆魚粉、☆卵、☆煮干し、☆牛乳	☆キャベツ、☆たまねぎ、☆太もやし、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆あおのり、☆かぼちゃ、☆パイナップル缶	☆焼きそばめん、☆サラダ油、☆砂糖	☆塩こしょう、☆ウスターソース、☆お好み焼きソース、☆しょうゆ、☆お菓子
9月	牛肉ときのこのカレー 和風サラダ バナナ	○牛乳 ◎ヨーグルト ◎お茶	☆牛もも肉、☆かにかま、☆牛乳、☆ヨーグルト	☆しめじ、☆マッシュルーム、☆えのきたけ、☆たまねぎ、☆にんじん、☆レタス、☆きゅうり、☆コーン缶、☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆カレールール、☆いりごま、☆砂糖	☆コンソメ、☆しょうゆ、☆穀物酢、☆本みりん、☆麦茶
10火	洋風寿司 チキンカツ 蒸しブロッコリー フライドポテト スバゲティサラダ パイン缶	○牛乳 ◎シュガートースト ◎牛乳	☆さけフレーク、☆卵、☆桜でんぶ、☆鶏もも肉、☆ツナ缶、☆牛乳	☆きゅうり、☆にんじん、☆ブロッコリー、☆コーン缶、☆パイナップル缶	☆米、☆砂糖、☆いりごま、☆小麦粉、☆パン粉、☆サラダ油、☆フライドポテト、☆スバゲティ、☆マヨネーズ、☆食パン、☆有塩バター、☆グラニュー糖	☆昆布、☆料理酒、☆穀物酢、☆食塩、☆塩こしょう、☆お好み焼きソース
11水	魚の焼き漬け 蒸しキャベツ みそ汁 オレンジ	○牛乳 ◎牛乳 ◎お菓子	☆さば、☆たい、☆木綿豆腐、☆油揚げ、☆煮干し、☆麦みそ、☆牛乳	☆しょうが、☆キャベツ、☆にんじん、☆たまねぎ、☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆ネーブルオレンジ	☆砂糖	☆しょうゆ、☆穀物酢、☆お菓子
12木	かき揚げ トマト 小松菜のごま和え パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎ミルージュ	☆むきえび、☆卵、☆ちくわ、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ピーマン、☆トマト、☆ごまつな、☆パイナップル缶	☆さつまいも、☆小麦粉、☆コーンスターチ、☆サラダ油、☆すりごま、☆砂糖	☆食塩、☆しょうゆ、☆お菓子、☆ミルージュ
13金	お好み焼き 生酢 バナナ	○牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ ◎牛乳	☆豚ばら肉、☆卵、☆牛乳、☆スライスチーズ	☆キャベツ、☆細もやし、☆にんじん、☆葉ねぎ、☆あおのり、☆きゅうり、☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆お好み焼き粉、☆サラダ油、☆いりごま、☆砂糖	☆お好み焼きソース、☆ウスターソース、☆穀物酢、☆お菓子
14土	きつねうどん さつま芋のレモン煮 パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆油揚げ、☆卵、☆かにかま、☆牛乳	☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆レモン、☆パイナップル缶	☆うどん、☆砂糖、☆さつまいも	☆本みりん、☆しょうゆ、☆あごだし、☆食塩、☆お菓子

16 月	ポテトグラタン 酢の物 パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆ベーコン、☆とろけるチーズ、 ☆ツナ缶、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ コーン缶、☆マッシュルーム、☆ きゅうり、☆だいこん、☆パイ ナップ缶	☆じゃがいも、☆ホワイトソー ス、☆パン粉、☆砂糖	☆穀物酢、☆しょうゆ、☆ お菓子
17 火	鮭の塩焼き 蒸しブロッコリー スバゲティサラダ バナナ	○牛乳 ◎お菓子 ◎チーズ ◎カルピス	☆さけ、☆ツナ缶、☆牛乳、☆ スライスチーズ	☆ブロッコリー、☆きゅうり、☆ にんじん、☆コーン缶、☆バナ ナ	☆スバゲティ、☆マヨネーズ	☆食塩、☆お菓子、☆カ ルピス
18 水	豆腐のおとし揚げ 付け合わせ(レタス) もやしのナムル パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆木綿豆腐、☆しらす干し、☆ 豚ひき肉、☆卵、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆葉 ねぎ☆レタス、☆サニーレタス、 ☆だいずもやし、☆きゅうり、☆ パイナップ缶	☆かたくり粉、☆サラダ油、☆ご ま油、☆砂糖	☆塩こしょう、☆お好み焼 きソース、☆ウスターソー ス、☆しょうゆ、☆穀物 酢、☆お菓子
19 木	煮込みハンバーグ 蒸しブロッコリー 春雨生酢 バナナ	○牛乳 ◎たまご蒸しケーキ ◎牛乳	☆牛ひき肉、☆豚ひき肉、☆木 綿豆腐、☆卵、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ブ ロッコリー、☆きゅうり、☆バナ ナ	☆パン粉、☆サラダ油、☆砂 糖、☆はるさめ、☆すりごま、☆ ホットケーキミックス	☆塩こしょう、☆トマトケ チャップ、☆ウスターソー ス、☆本みりん、☆穀物酢
21 土	焼きそば かぼちゃの煮付 パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆豚ばら肉、☆魚粉、☆卵、☆ 煮干し、☆牛乳	☆キャベツ、☆たまねぎ、☆細 もやし、☆にんじん、☆葉ねぎ、 ☆あおのり、☆かぼちゃ、☆パ イナップ缶	☆焼きそばめん、☆サラダ油、 ☆砂糖	☆塩こしょう、☆ウスター ソース、☆お好み焼きソー ス、☆しょうゆ、☆お菓子
23 月	牛肉ときのこのカレー 和風サラダ バナナ 	○牛乳 ◎ヨーグルト ◎牛乳	☆牛もも肉、☆かにかま、☆牛 乳、☆ヨーグルト	☆しめじ、☆マッシュルーム、☆ えのきたけ、☆たまねぎ、☆に んじん、☆レタス、☆きゅうり、 ☆コーン缶、☆乾燥わかめ、☆ バナナ	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆カ レールーウ、☆いりごま、☆砂糖	☆コンソメ、☆しょうゆ、☆ 穀物酢、☆本みりん
24 火	洋風肉じゃが マカロニサラダ オレンジ	○牛乳 ◎シュガートースト ◎牛乳	☆牛もも肉、☆卵、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆グ リンピース、☆きゅうり、☆ネー ブルオレンジ	☆じゃがいも、☆サラダ油、☆ 砂糖、☆マカロニ、☆食パン、 ☆有塩バター、☆グラニュー糖	☆料理酒、☆トマトケ チャップ、☆しょうゆ、☆カ レー粉、☆穀物酢、☆塩こ しょう
25 水	魚の焼き漬け 蒸しキャベツ みそ汁 バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎お菓子	☆さば、☆たい、☆木綿豆腐、 ☆油揚げ、☆煮干し、☆麦み そ、☆牛乳	☆しょうが、☆キャベツ、☆にん じん、☆たまねぎ、☆葉ねぎ、 ☆乾燥わかめ、☆バナナ	☆砂糖	☆しょうゆ、☆穀物酢、☆ お菓子
26 木	かき揚げ トマト 小松菜のごま和え	○牛乳 ◎お菓子 ◎ミルージュ	☆むきえび、☆卵、☆ちくわ、☆ 牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ ピーマン、☆トマト、☆こまつな	☆さつまいも、☆小麦粉、☆ コーンスターチ、☆サラダ油、☆ すりごま、☆砂糖	☆食塩、☆しょうゆ、☆お 菓子、☆ミルージュ
27 金	鶏の照り焼き 磯辺ポテト 豆乳スープ りんご	○牛乳 ◎ぶどうゼリー ◎牛乳	☆鶏もも肉、☆豆乳、☆麦み そ、☆牛乳	☆しょうが、☆にんにく、☆あお のり、☆キャベツ、☆にんじん、 ☆たまねぎ、☆葉ねぎ、☆りん ご	☆砂糖、☆サラダ油、☆じゃが いも、☆はるさめ	☆しょうゆ、☆料理酒、☆ 食塩、☆鶏がらだし、☆ぶ どうゼリー
28 土	きつねうどん さつまいものレモン煮 パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆油揚げ、☆卵、☆かにかま、 ☆牛乳	☆葉ねぎ、☆乾燥わかめ、☆レ モン、☆パイナップ缶	☆うどん、☆砂糖、☆さつまいも	☆本みりん、☆しょうゆ、 ☆あごだし、☆食塩、☆お 菓子
30 月	ポテトグラタン 酢の物 パイン缶	○牛乳 ◎お菓子 ◎牛乳	☆ベーコン、☆とろけるチーズ、 ☆ツナ缶、☆牛乳	☆たまねぎ、☆にんじん、☆ コーン缶、☆マッシュルーム、☆ きゅうり、☆だいこん、☆パイ ナップ缶	☆じゃがいも、☆ホワイトソー ス、☆パン粉、☆砂糖	☆穀物酢、☆しょうゆ、☆ お菓子



9日(月)・23日(月)は「牛肉ときのこのカレー」です。



15日(木)はお誕生会です。主食はいりません。箸を持たせてください。

(幼児クラス)

仕入れの状況により献立・食材が変更になる場合があります。