

2025年度 3月 給食献立予定表

※オレンジ色はひまわり組のリクエストメニューです。 認定こども園あゆのさと

日曜	牛乳	献立	午後のおやつ	材 料 名		
				赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの
2月	○	麦ご飯 果物 クリスマスチキン ツナ海草サラダ みそ汁	麦茶 バナナマフィン	鶏もも肉/牛乳 ツナ わかめ 豆腐 みそ	果物 バナナ キャベツ きゅうり 人参 大根 えのき	米 押麦 コーンフレーク/ホットケーキ粉 砂糖 バター 砂糖 ごま油
3火	○	ちらし寿司 さわらのごま照り焼き 菜の花のすまし汁 ひなまつり三色ゼリー	麦茶 みたらしまカロニ	油揚げ 卵 かまぼこ さわら	人参 椎茸 れんこん いんげん 菜の花 花形人参	米 砂糖 さくらでんぶ 砂糖 ごま/マカロニ 砂糖 片栗粉 麩 ゼリー
4水	○	麦ご飯 ふりかけ 果物 コロケ もやしの磯和え みそ汁	麦茶 サンドパン	ふりかけ 鶏ひき肉 豚ひき肉 刻みのり わかめ みそ	果物 玉ねぎ もやし 人参 小松菜 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 油/食パン ジャム 砂糖 ごま油
5木	○	麦ご飯 果物 鮮のパン粉焼き ひじき煮 豚汁	麦茶 肉まん	生鮮 粉チーズ ひじき 油揚げ 豚もも肉 豆腐 みそ	果物 人参 いんげん 大根 ごぼう 人参	米 押麦 パン粉 油/肉まん 砂糖 油
6金	○	みそラーメン 煮豆 小魚 果物	麦茶 鮭わかめおにぎり	みそ 鶏ひき肉 なた 金時豆/鮭わかめふりかけ いわし	もやし 人参 筍 キャベツ ねぎ	中華生麺 油 片栗粉 ごま油 砂糖/米 油 砂糖 ごま
7土	○	中華丼 チーズ 果物 わかめのスープ	麦茶 クッキー	豚もも肉 なた チーズ	キャベツ 人参 ピーマン 椎茸 筍 玉ねぎ	米 押麦 油 片栗粉 ごま油 砂糖 /クッキー
9月	○	麦ご飯 果物 まぐろのかりん揚げ ブロッコリー コーンサラダ みそ汁	麦茶 抹茶蒸しパン	カジキマグロ/牛乳 油揚げ みそ	果物 玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり とうもろこし 玉ねぎ 白菜	米 押麦 片栗粉 油 ごま 砂糖/ホットケーキ粉 砂糖 バター
10火	○	ロールパン 果物 ハンバーグ 人参グラッセ れんこんサラダ コンソメスープ	麦茶 カラメルプリン	豚ひき肉 豆腐/牛乳 ツナ	果物 玉ねぎ 人参 れんこん きゅうり 人参 玉ねぎ 星形人参 しめじ	ロールパン パン粉 バター 砂糖 ごま マヨネーズ
11水	○	麦ご飯 ロールケーキ 魚のフライ シルバースラダ みそ汁	麦茶 ふわっとふー	しいら ロースハム みそ	いちご キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ もやし 椎茸	米 押麦 ロールケーキ ホイップクリーム 小麦粉 パン粉 油/麩 バター グラニュー糖 春雨 マヨネーズ 砂糖
12木	○	キッズピビンバ 焼きポテト 果物 春キャベツのスープ	麦茶 たこ焼き	豚ひき肉 鶏ひき肉 /青のり ベーコン	ほうれん草 もやし 人参 ねぎ 果物 玉ねぎ キャベツ 人参	米 押麦 ごま油 ごま 油 砂糖 じゃがいも 油/たこ焼き
13金	×	お弁当の日	麦茶 せんべい	お別れ遠足 		
14土	○	マーボー豆腐丼 小魚 果物 すまし汁	麦茶 カステラ	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし	玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ 果物 玉ねぎ えのき ねぎ	米 押麦 油 片栗粉 ごま油 砂糖 砂糖 ごま/カステラ
16月	○	麦ご飯 果物 鶏肉のおかから揚げ ポテトサラダ コーン豆乳スープ	麦茶 ペンネナポリタン	鶏もも肉 かつお節/ウインナー ロースハム 豆乳	果物 玉ねぎ ピーマン きゅうり 人参 玉ねぎ とうもろこし	米 押麦 片栗粉 油/ペンネ バター じゃがいも マヨネーズ
17火	○	食パン ミニゼリー シェパースパイ ツナサラダ トマトスープ	麦茶 シリアルバー	豚ひき肉 生クリーム ツナ ウインナー	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 しめじ トマト	食パン セリー じゃがいも 小麦粉 バター/コーンフレーク マシュマロ バター 砂糖 油
18水	○	黒米ご飯 果物 さばの薬味ソース焼き マヨサラダ みそ汁	麦茶 セサミクッキー	さば/牛乳 みそ	果物 ねぎ キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし 玉ねぎ もやし	米 黒米 ごま 砂糖/ホットケーキ粉 バター 砂糖 ごま マヨネーズ 麩
19木	○	麦ご飯 果物 タンダーチキン 中華春雨サラダ けんちん汁	麦茶 キャラメルコーン	鶏もも肉 ヨーグルト 豆腐 油揚げ	果物 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ ごぼう 人参 椎茸 大根	米 押麦 /キャラメルコーン 春雨 砂糖 ごま油
21土	○	チキンライス ウインナー ブロッコリー 果物 みそ汁	麦茶 クッキー	鶏もも肉 ウインナー わかめ みそ	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ブロッコリー 果物 玉ねぎ	米 押麦 油 /クッキー
23月	○	わかめご飯 果物 カレーのオーロラソース焼き もやしのナムル みそ汁	麦茶 ヨーグルト ウエハース	わかめ カラスカレイ/ヨーグルト みそ	果物 もやし 人参 きゅうり 白菜 玉ねぎ	米 押麦 マヨネーズ/ウエハース ごま ごま油
24火	○	麦ご飯 果物 ホイコーロー マカロニサラダ すまし汁	麦茶 どうぶつビスケット	豚もも肉 みそ ロースハム 豆腐	果物 キャベツ 人参 ピーマン きゅうり 人参 玉ねぎ えのき ねぎ	米 押麦 砂糖 油 ごま油/ビスケット マカロニ マヨネーズ
25水	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き 中華大根サラダ 白菜のスープ	麦茶 クリームパン	鶏もも肉 ツナ ベーコン	果物 りんご レモン 大根 きゅうり 人参 玉ねぎ 白菜	米 押麦 砂糖/クリームパン 砂糖 ごま油
26木	○	麦ご飯 果物 黒はんぺんのフライ シーザー風サラダ みそ汁	麦茶 焼きミニポテト	黒はんぺん 粉チーズ わかめ みそ	キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし レモン 玉ねぎ えのき	米 押麦 パン粉 小麦粉 油/じゃがいも 油 マヨネーズ
27金	○	伊豆しかカレー ハムサラダ 小魚 果物	麦茶 米粉のケーキ	しかひき肉 ロースハム いわし	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん キャベツ きゅうり 人参 果物	米 押麦 カレールウ 油 じゃがいも 油 砂糖/米粉のケーキ ごま 砂糖
28土	○	焼きそば スマイルポテト 果物 コンソメスープ	麦茶 せんべい	豚もも肉	玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン 果物 玉ねぎ 人参 しめじ	中華蒸麺 油 ごま油 じゃがいも 油/せんべい
30月	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーレード焼き 大根サラダ 野菜スープ	麦茶 ココアマフィン	鶏もも肉/牛乳 ツナ	果物 大根 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	米 押麦 マーレード/ホットケーキ粉 砂糖 バター マヨネーズ じゃがいも
31火	○	スバゲディミートソース チーズサラダ 果物 すまし汁	麦茶 揚げパン	豚もも肉 チーズ 豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん トマト キャベツ きゅうり 人参 レモン 果物 玉ねぎ ねぎ	スバゲディミートソース 油 片栗粉 油 砂糖/ロールパン 油 グラニュー糖 麩

※屋の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。

※栄養価は、お昼とおやつ合計です。 教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。

※仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。 ※「/」以降は、おやつで使用する食材です。

1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
乳児	469kcal	19.9g	16.7g	1.4g
幼児	517kcal	21.2g	16.5g	1.7g