

給 食 献 立 表

令和8年3月

日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ	日	3歳～5歳児	3歳未満児	おやつ
2月	コンソメスープ カレー マヨネーズあえ いよかん	コンソメスープ カレーライス マヨネーズあえ いよかん	サッポロポテトミニ 牛乳	18日 水	白菜スープ 鶏肉のチリソース風 なすそぼろ煮 チーズおかかあえ りんご	ご飯 白菜スープ 鶏肉のチリソース風 なすそぼろ煮 チーズおかかあえ りんご	いもしと 牛乳
3日 火	ちらし寿司 麩すまし汁 鶏肉から揚げ 小松菜おひたし フルーツあえ	ちらし寿司 麩すまし汁 鶏肉から揚げ 小松菜おひたし フルーツあえ	三色ゼリー 米菓子 お茶	19日 木	大根味噌汁 豆腐とひじきのハンバーグ 筑前煮 キャベツのりあえ パイン缶	ご飯 大根味噌汁 豆腐とひじきのハンバーグ 筑前煮 キャベツのりあえ パイン缶	オールレーズン ブリッツ 牛乳
4日 水	キャベツ味噌汁 高野豆腐玉子とじ 肉じゃが 白菜のりあえ りんご	ご飯 キャベツ味噌汁 高野豆腐玉子とじ 肉じゃが 白菜のりあえ りんご	ジャムサンド 牛乳	21日 土	スパゲッティナポリタン コンソメスープ バナナ	スパゲッティナポリタン コンソメスープ バナナ	
5日 木	さつまい 豚肉みそ焼き ひじきの煮物 キャベツ昆布あえ バナナ	ぶりかけご飯 さつまい 豚肉みそ焼き ひじきの煮物 キャベツ昆布あえ バナナ	キャロットケーキ 牛乳	23日 月	クリームシチュー ウイナーソテー 切干大根煮物 白菜おひたし りんご	ご飯 クリームシチュー ウイナーソテー 切干大根煮物 白菜おひたし りんご	米菓子 たべっこどうぶつ ヤクルト
6日 金	切干大根のスープ マーボー豆腐 さつまいもベーコン煮 もやしナムル りんご	ご飯 切干大根のスープ マーボー豆腐 さつまいもベーコン煮 もやしナムル りんご	チョイス 米菓子 牛乳	24日 火	豚汁 たら生姜焼き ジャーマン南瓜 ほうれん草ごまあえ バナナ	ご飯 豚汁 たら生姜焼き ジャーマン南瓜 ほうれん草ごまあえ バナナ	フレンチドック 牛乳
7日 土	スパゲッティミートソース コンソメスープ バナナ	スパゲッティミートソース コンソメスープ バナナ		25日 水	かぶのスープ 豆腐ドライカレー ブロッコリーおかかあえ いよかん	豆腐ドライカレーライス かぶのスープ フライドポテト ブロッコリーおかかあえ いよかん	ムーンライト レーズン 牛乳
9日 月	いも味噌汁 ポパイオムレツ 人参煮合わせ もやしごまあえ りんご	ご飯 いも味噌汁 ポパイオムレツ 人参煮合わせ もやしごまあえ りんご	お好み焼き 牛乳	26日 木	豆腐味噌汁 親子煮 金平ごぼう 小松菜のりあえ パイン缶	親子丼 豆腐味噌汁 金平ごぼう 小松菜のりあえ パイン缶	わかめおにぎり お茶
10日 火	白菜味噌汁 すりみフライ 大根そぼろ煮 ほうれん草しらすあえ バナナ	ご飯 白菜味噌汁 すりみフライ 大根そぼろ煮 ほうれん草しらすあえ バナナ	米菓子 ピピビチーズ 牛乳	27日 金	大根と人参味噌汁 ホイコーロー さつまいも甘辛煮 もやし昆布あえ りんご	ご飯 大根と人参味噌汁 ホイコーロー さつまいも甘辛煮 もやし昆布あえ りんご	ヨーグルト ルヴァン お茶
11日 水	五目おこわ 小松菜すまし汁 鶏肉香焼 南瓜甘辛煮 ブロッコリーごまあえ 清見オレンジ	五目おこわ 小松菜すまし汁 鶏肉香焼 南瓜甘辛煮 ブロッコリーごまあえ 清見オレンジ	シーフォームケーキ お茶	28日 土	焼きそば わかめスープ バナナ	焼きそば わかめスープ バナナ	
12日 木	手作り醤油ラーメン りんご	塩昆布おにぎり 手作り醤油ラーメン りんご	源氏パイ 米菓子 牛乳	30日 月	南瓜味噌汁 豆腐の照り焼き いもベーコン煮 野菜さっぱりあえ バナナ	ご飯 南瓜味噌汁 豆腐の照り焼き いもベーコン煮 野菜さっぱりあえ バナナ	鉄の国のアリス ビスコ 牛乳
13日 金	かぶ味噌汁 ポークチャップ キャベツ炒め煮 小松菜のりあえ バナナ	しめじご飯 かぶ味噌汁 ポークチャップ キャベツ炒め煮 小松菜のりあえ バナナ	大学いも 牛乳	31日 火	豆腐味噌汁 若鶏桑焼き 南瓜そぼろあんかけ 小松菜ごまあえ りんご	ご飯 豆腐味噌汁 若鶏桑焼き 南瓜そぼろあんかけ 小松菜ごまあえ りんご	ペジタべるミニ 牛乳
14日 土	＜ お別れ会 ＞ あんかけうどん バナナ			春分の日（令和8年3月20日） 昼と夜がほぼ同じ長さになる日のことで、季節の指標として使われる二十四節気の一つです。また、自然をたたえ、生物をいつくしむ日とされています。			
16日 月	なす味噌汁 揚げ豆腐オランダ煮 さつまいもレーズン煮 チンゲン菜ごまあえ りんご	ご飯 なす味噌汁 揚げ豆腐オランダ煮 さつまいもレーズン煮 チンゲン菜ごまあえ りんご	米菓子 甘納豆 牛乳	今月の行事 3月 3日（火） ひなまつり 3月 11日（水） 誕生会			
17日 火	人参すまし汁 さば味噌煮 大根と油揚げの煮物 小松菜昆布あえ バナナ	炒め納豆ご飯 人参すまし汁 さば味噌煮 大根と油揚げの煮物 小松菜昆布あえ バナナ	りんごパンケーキ 牛乳				

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。

（平日の栄養平均値）

栄養（平均）	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
3歳未満児	545 kcal	22.1 g	18.6 g	1.9 g
3歳以上児 （副食のみ）	429 kcal	20.8 g	18.1 g	2.2 g