

令和7年3月献立表

からまつ保育園

日にち	からまつ保育園 A.R.E Action! Respect! Enjoy!					1
曜日	3月の旬食材					土
給食	3月 野菜：菜の花、千んげん菜、レタス、春キャベツ、アスパラガス、かぶ、たけのこ、新たまねぎ、新じゃが、 果物：清見オレンジ、せとか、いちご 魚介類：さわら、カレイ					おせんべい
おやつ						ナポリタン
エネルギー						ちくわのサラダ
延長食						ハムとコーンのミルクスープ
						アップル寒天
日にち	3月	4月	5月	6月	7月	8月
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	にんじん ひな祭りちらし寿司 鶏の照り焼き 菜の花とキャベツのお浸し 花麩のすまし汁 三色ゼリー	きゅうり 具だくさんあんかけ焼きそば れんこんの青のりフライ 中華風かき玉汁 オレンジ寒天	にんじん ロールパン ポークビーンズ 小松菜のカリカリペーパーコンサラダ オニオンスープ ヨーグルト(つき組：牛乳)	きゅうり お赤飯 鮭の西京焼き かにかまと青菜の三色和え 吉野汁 3月のパースディケーキ	食パン 中華丼 もやしのナムル くずし豆腐のとろみ汁 せとか	クッキー きつねうどん ほうれん草とささみの和え物 グレープ寒天
おやつ	乳児：桜色蒸しパン 幼児：桜餅 ひなあられ 緑茶	ガラトピタ ミルク	いもフライ ミルク	焼きビーフン 麦茶	手作りプリン ミルク	クリームパン 麦茶
エネルギー	乳児 447 幼児 553	乳児 416 幼児 527	乳児 401 幼児 560	乳児 404 幼児 512	乳児 407 幼児 516	乳児 361 幼児 520
延長食	じゃがいももち	お麩ラスク	マカロニきなこ	ジャムクラッカーサンド	ヨーグルト	おせんべい
日にち	10月	11月	12月	13月	14月	15月
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	きゅうり たっぶり野菜のクッパ ヤンニョムチキン ムルキムチ ファチェ(韓国風フルーツポンチ)	食パン ツナ丼 ワンタンのパリパリサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 ミルク寒天 (つき組：牛乳)	にんじん 卒園おめでとうメニュー	きゅうり からまつパーガー フライドポテト(カレー味) ちくわの豆乳チャウダー りんごジュース	にんじん ホワイトフィッシュシチューライス ブーケサラダ ABCトマトスープ 清見オレンジ	クッキー 野菜ほうとう ブロッコリーとコーンの炒め物 いちご
おやつ	乳児：チーズ蒸しパン 幼児：ホットク(韓国風おやき) 麦茶	プチキッシュ ミルク	コーンフレーク 麦茶	にゅう麺 麦茶	チュロス ミルク	アップルゼリー 麦茶
エネルギー	乳児 440 幼児 597	乳児 400 幼児 537	乳児 450 幼児 615	乳児 455 幼児 606	乳児 444 幼児 578	乳児 335 幼児 428
延長食	お麩ラスク	チーズクラッカーサンド	ヨーグルト	マカロニきなこ	じゃがいももち	おせんべい
日にち	17月	18月	19月	20月	21月	22月
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	にんじん 炊き込みご飯 さわらの夕焼け小焼き かぶと春キャベツの浅漬け ほうれん草の味噌汁 清見オレンジ	きゅうり パニーニ ささみのフリッター ブロッコリーサラダ アスパラ入りコンソメスープ カルピス寒天(つき組：牛乳)	にんじん 沖縄そば フーチャンプルー トマト 南国ゼリー	春分の日	食パン なす入りマーボーライス 切り干しバンバンジー わかめスープ ヨーグルト	ビスケット 和風スパゲティ ポテトサラダ ベーコンと野菜のスープ オレンジ寒天
おやつ	小松菜のクリームパスタ 麦茶	じゃがいものガレット ミルク	ちんすこう ミルク	おはぎ 緑茶	ジャムパン 麦茶	
エネルギー	乳児 472 幼児 591	乳児 420 幼児 576	乳児 469 幼児 590	乳児 401 幼児 560	乳児 346 幼児 445	
延長食	じゃがいももち	マカロニきなこ	ヨーグルト	ジャムクラッカーサンド	おせんべい	
日にち	24月	25月	26月	27月	28月	29月
曜日	月	火	水	木	金	土
給食	食パン 五目チャーハン 春巻き スナッペンどう 坦々風スープ フルーツポンチ	きゅうり 鮭ときのこのクリームパスタ いんげんとコーンのソテー ポクポクポトフ グレープ寒天	にんじん 食パン ジャム タンドリーチキン 春野菜のミモザサラダ パリースープ ヨーグルト(つき組：牛乳)	きゅうり ゆかりごはん 焼きさばのみぞれがけ ブロッコリーの三色おから和え 豚汁 清見オレンジ	にんじん 新じゃがチキンカレー シーザーサラダ 春キャベツのスープ アップル寒天	クッキー 味噌ラーメン かぼちゃのそぼろ煮 ミルク寒天
おやつ	ツナマヨトースト 麦茶	シュークリーム ミルク	野菜雑炊 麦茶	豆乳プリン 麦茶	お楽しみパン ミルク	プチピザ 麦茶
エネルギー	乳児 412 幼児 540	乳児 440 幼児 538	乳児 431 幼児 553	乳児 406 幼児 517	乳児 414 幼児 537	乳児 420 幼児 537
延長食	お麩ラスク	チーズクラッカーサンド	マカロニきなこ	ヨーグルト	じゃがいももち	ビスケット
日にち	31月	スペシャルランチ				
曜日	月					
給食	きゅうり オムライス 乳児：エビカツ、幼児：エビフライ にんじんドレッシングサラダ フライドポテト ほうれん草のスープ デコレーションプリン	 				
おやつ	汁そば 麦茶					
エネルギー	乳児 483 幼児 596					
延長食	ジャムクラッカーサンド					

栄養価 乳児 エネルギー：420kcal、たんぱく質：19.1g、脂質：15.9g、食塩相当量：1.8g、カルシウム：190mg
 (1か月平均) 幼児 エネルギー：516kcal、たんぱく質：22.7g、脂質：19.9g、食塩相当量：2.2g、カルシウム：191mg