2026年3月

献　立　表



日	曜	昼食献立名	幼稚園部給食	3時おやつ	材料（昼食と午後おやつ）			9時おやつ
					血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの	
2	月	ごはん　小松菜とコーンの和え物 鶏肉のマーマレード煮　みそ汁	●	三色蒸しパン	鶏もも肉、豆乳、みそ	米、小麦粉、さつまいも、砂糖、油、片栗粉	たまねぎ、こまつな、にんじん、マーマレード、かぶ、コーン、はくさい	ベジタブルスティック
3	火	ちらし寿司　りんごゼリー ナゲット　すまし汁 マカロニサラダ	●	五平もち チーズ	鶏ひき肉、木綿豆腐、油揚げ、ツナ水煮缶、凍り豆腐、みそ	米、じゃがいも、マカロニ、砂糖、片栗粉、油、マヨネーズ、ごま	たまねぎ、りんご濃縮果汁、にんじん、みかん缶、きゅうり、生わかめ、切り干しだいこん、えのき	星せんべい
4	水	お弁当の日		幼児用菓子				米ソフトせんべい
5	木	麦ごはん　三色和え 魚の甘酢あん　みそ汁	●	チャーハンおにぎり ウエハース	魚、鶏ひき肉、みそ、油揚げ	米、さつまいも、押麦、油、片栗粉、砂糖、油、ごま、ごま油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン	ベジタブルスティック
6	金	あんかけ丼 切干し大根サラダ	●	チーズじゃが おやついりこ	豚ひき肉、鶏ひき肉、とろけるチーズ、脱脂粉乳、いりこ	米、じゃがいも、片栗粉、はるさめ、油、砂糖	たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん、コーン、きゅうり、ピーマン	星せんべい
7	土	お弁当の日		幼児用菓子				米ソフトせんべい
9	月	ごはん　ごぼうサラダ 鶏のケチャップ煮　みそ汁	●	キャベツクラッカー おやついりこ	鶏もも肉、みそ、いりこ、ツナ水煮缶、粉チーズ、脱脂粉乳、凍り豆腐	米、小麦粉、さつまいも、強力粉、片栗粉、油、砂糖、マヨネーズ、すりごま	たまねぎ、キャベツ、ごぼう、にんじん、かぶ、きゅうり、生わかめ	ベジタブルスティック
10	火	麦ごはん　大根とあげの煮物 コーン焼き　野菜スープ	●	焼きおにぎり ウエハース	鶏ひき肉、油揚げ、かつお節	米、じゃがいも、押麦、油、片栗粉、砂糖、米粉、ごま油	たまねぎ、だいこん、コーン、キャベツ、にんじん、しめじ、しょうが	米ソフトせんべい
11	水	ごはん　炒り豆腐 魚のフライ　みそ汁		バナナケーキ チーズ	魚、木綿豆腐、みそ	米、小麦粉、さつまいも、油、パン粉、砂糖	たまねぎ、バナナ、こまつな、ごぼう、にんじん、切り干しだいこん	星せんべい
12	木	カレーライス 野菜の和え物	●	ごまクッキー おやついりこ	鶏もも肉、豆乳、いりこ	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖、すりごま	たまねぎ、にんじん、キャベツ	ベジタブルスティック
13	金	ごはん　はくさいごま酢あえ ミートボール酢豚風　みそ汁		きなこおにぎり チーズ	豚ひき肉、木綿豆腐、みそ、油揚げ、きな粉	米、砂糖、片栗粉、ごま	はくさい、たまねぎ、にんじん、だいこん、こまつな、ピーマン	米ソフトせんべい
14	土	卒園式（お弁当の日）		幼児用菓子				星せんべい
16	月	ごはん　さつまいもサラダ ツナふりかけ　みそ汁 鶏のから揚げ	●	にんじんおにぎり ウエハース	鶏もも肉、みそ、かつお節、ツナ水煮缶、凍り豆腐	米、さつまいも、油、片栗粉、ごま、砂糖、マヨネーズ（全卵型）	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ごぼう、切り干しだいこん、ひじき、しょうが	ベジタブルスティック
17	火	麻婆丼 はるさめサラダ	●	チーズ蒸しまんじゅう おやついりこ	木綿豆腐、豚ひき肉、チーズ、ツナ水煮缶、脱脂粉乳、みそ、いりこ	米、小麦粉、砂糖、片栗粉、はるさめ、油	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり	星せんべい
18	水	ごはん　果物 利休焼き　みそ汁 れんこんマリネ		そぼろおにぎり チーズ	魚、鶏ひき肉、みそ	米、じゃがいも、油、片栗粉、砂糖、ごま	たまねぎ、りんご、れんこん、だいこん、にんじん、こまつな、生わかめ、しめじ	米ソフトせんべい
19	木	麦ごはん　キャベツのおかか和え ポークビーンズ　みそ汁		チヂミ おやついりこ	豚肉、木綿豆腐、みそ、大豆（乾）、いりこ、とろけるチーズ、かつお節	米、じゃがいも、米粉、小麦粉、押麦、砂糖、ごま油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、かぶ、こまつな、コーン	ベジタブルスティック
21	土	お弁当の日		幼児用菓子				星せんべい
23	月	鶏肉の照り焼き丼 みそ汁		きな粉蒸しパン チーズ	鶏もも肉、豆乳、みそ、きな粉、凍り豆腐	米、米粉、じゃがいも、砂糖、片栗粉、油	たまねぎ、こまつな、にんじん、ごぼう、切り干しだいこん	米ソフトせんべい
24	火	麦ごはん　ペンネナポリタン 魚のムニエル　オニオンソース　野菜スープ		きつねおにぎり ウエハース	魚、油揚げ	米、ペンネ、油、片栗粉、押麦、砂糖、ごま	たまねぎ、かぶ、こまつな、キャベツ、にんじん、ピーマン、エリンギ、ひじき	果物
25	水	ごはん　キャベツのコーン煮 プレーンコロッケ　みそ汁		お麸ラスク おやついりこ	豚ひき肉、木綿豆腐、バター、みそ、いりこ	じゃがいも、米、パン粉、焼ふ、油、小麦粉、砂糖	たまねぎ、キャベツ、にんじん、だいこん、コーン、こまつな、しめじ	ベジタブルスティック
26	木	ハリハリごはん　大豆サラダ 竜田揚げ　みそ汁		あんぱん	魚、大豆（乾）、つぶしあん（砂糖添加）、みそ、凍り豆腐	米、強力粉、砂糖、片栗粉、マヨネーズ、油、すりごま	たまねぎ、にんじん、かぶ、きゅうり、生わかめ、ごぼう、切り干しだいこん	星せんべい
27	金	ミートソーススパゲティ マセドアンサラダ		たきこみおにぎり チーズ	豚ひき肉、ツナ水煮缶、チーズ、油揚げ	スパゲティ、じゃがいも、米、マヨネーズ、砂糖	たまねぎ、にんじん、エリンギ、ピーマン、きゅうり、しめじ	米ソフトせんべい
28	土	お弁当の日		幼児用菓子				星せんべい
30	月	ごはん　新玉ねぎサラダ じゃが芋と鶏肉のゴマ煮　みそ汁		コーンおにぎり ウエハース	鶏もも肉、みそ、凍り豆腐、かつお節	米、じゃがいも、しらたき、すりごま、砂糖、油	たまねぎ、キャベツ、だいこん、にんじん、コーン、こまつな、生わかめ	果物
31	火	ビビンバ スープ		米粉蒸しケーキ チーズ	豚ひき肉、鶏ひき肉、豆乳、木綿豆腐	米、米粉、砂糖、ごま、油、ごま油	こまつな、もやし、たまねぎ、にんじん、かぶ、いちごジャム、ごぼう	星せんべい

1か月の平均栄養量（幼児・おやつ含む）	
エネルギー	463ｋｃａｌ
たんぱく質	17.1ｇ
脂　質	12.6ｇ
塩　分	1.1ｇ

※食材の仕入れなどにより、献立・材料が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
※ナースリーの給食は、家庭での食事の様子に合わせて献立内容が変更になります。
まだ食べたことのない食材を家庭で食べてアレルギー症状などの問題ない場合はお知らせください。
※幼稚園部は毎週水曜日がお弁当になります。