




2025年 3月 給食献立表 幼児(3歳以上児)

日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1 ・ 15	土	ツナ麻婆丼 中華風酢漬け わかめスープ	シュガークッキー 牛乳	豆腐・ツナ・みそ 牛乳	米・油・砂糖・ごま 片栗粉・ごま油 小麦粉・バター グラニュー糖	にんにく・生姜・人参・長ねぎ きゅうり・大根・わかめ・えのき
3	月	ちらし寿司 ひし形バーグ 菜の花のすまし汁 ひなあられ 	いちご豆乳プリン 牛乳	油揚げ・卵・豆腐 鶏ひき肉・みそ 牛乳・豆乳・かつお節 ホイップクリーム	米・砂糖・油・ごま パン粉・麩 ひなあられ	人参・干しいたけ さやいんげん・焼きのり・長ねぎ 青のり・なばな・えのき・アガー いちごジャム・生姜
4	火	ご飯 豚肉のすき焼き風 キャベツのツナ和え じゃが芋の味噌汁	バナナケーキ スキムココア	豚もも肉・豆腐 ツナ・みそ・豆乳 スキムミルク かつお節	米・しらたき・油 砂糖・ごま油・ごま じゃが芋・小麦粉	人参・長ねぎ・えのき・キャベツ 玉ねぎ・小松菜・バナナ・ココア
5 ・ 19	水	ご飯 さばのおろし煮 ちくわとわかめの酢の物 豚汁	野菜ポッキー 牛乳	さば・ちくわ・みそ 豚もも肉・豆腐 牛乳・しらす かつお節・煮干し	米・砂糖・油・ごま 小麦粉・片栗粉	生姜・大根・わかめ・もやし きゅうり・人参・ごぼう・しめじ 長ねぎ・パセリ
6	木	ミートスバゲティ ブロッコリーサラダ コーンスープ ココアクッキー 	みかんヨーグルト 麦茶	豚ひき肉・チーズ 牛乳・ヨーグルト	スバゲティ・油 砂糖・小麦粉 片栗粉・バター	玉ねぎ・人参・トマト缶 ケチャップ・ブロッコリー キャベツ・コーン缶・みかん缶 にんにく・パセリ
7	金	豚肉の生姜焼き 小松菜の磯和え 長ねぎの味噌汁	梅おかかおにぎり 磯いりこ 牛乳	豚もも肉・豆腐 みそ・牛乳 かつお節・煮干し	米・油・ごま・ごま油	生姜・玉ねぎ・しめじ・ピーマン もやし・小松菜・人参・焼きのり 長ねぎ・わかめ・梅干し・青のり
8 ・ 22	土	ご飯 厚揚げウスター炒め 大豆入りポテトサラダ わかめと玉ねぎの味噌汁	黒糖蒸しパン 牛乳	生揚げ・豚もも肉 大豆・みそ・牛乳 豆乳・煮干し	米・油・じゃが芋 マヨネーズ・砂糖 麩・小麦粉・黒砂糖	人参・玉ねぎ・ピーマン・わかめ きゅうり
10 ・ 24	月	ご飯 鶏肉の酢豚風 春雨サラダ 中華スープ オレンジ	チャーハン 牛乳	鶏もも肉・生揚げ 牛乳・ツナ	米・片栗粉・油 砂糖・春雨・ごま油	玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン パプリカ・ケチャップ・キャベツ きゅうり・チンゲン菜・まいたけ オレンジ・グリーンピース
11 ・ 25	火	ご飯 さわらの菜種焼き 五目煮豆 なめこと長ねぎの味噌汁	焼きドーナツ 牛乳	さわら・卵・大豆 みそ・牛乳・煮干し かつお節	米・マヨネーズ・油 しらたき・砂糖 強力粉・小麦粉 バター・粉糖	ほうれん草・ごぼう・人参 ひじき・グリーンピース・なめこ キャベツ・長ねぎ
12 ・ 26	水	麦ご飯 豚肉のアングレース風 キャベツサラダ 小松菜の味噌汁	鬼まんじゅう りんごヨーグルト ドリンク	豚もも肉・油揚げ みそ・ヨーグルト 煮干し	米・押麦・片栗粉・油 砂糖・パン粉 さつま芋・小麦粉	パセリ・キャベツ・人参・生姜 きゅうり・小松菜・玉ねぎ りんごジュース
13 ・ 27	木	ご飯 揚げ豆腐風肉みそかけ ほうれん草のごま和え 大根の味噌汁	手作りポテトチップス 牛乳	豆腐・高野豆腐 豚ひき肉・みそ 牛乳・かつお節	米・片栗粉・油・麩 さつま芋・じゃが芋 砂糖・ごま	長ねぎ・生姜・ほうれん草・人参 大根・わかめ・青のり
14	金	食パン 鶏のから揚げ マカロニサラダ コンソメスープ ぶどうゼリー 	ひじきふりかけおにぎり 牛乳	鶏もも肉・牛乳 かつお節	食パン・片栗粉・油 小麦粉・マカロニ 砂糖・マヨネーズ 米・ごま	生姜・にんにく・キャベツ・かぶ きゅうり・人参・コーン・玉ねぎ 小松菜・ぶどうジュース・アガー ひじき
17 ・ 31	月	ひき肉カレーライス コーンサラダ ささみと小松菜のスープ	きな粉クリームパン 牛乳	豚ひき肉・高野豆腐 鶏ささみ肉・牛乳 豆乳・きな粉	米・油・じゃが芋 小麦粉・マヨネーズ 食パン・砂糖	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ りんご・ケチャップ・キャベツ きゅうり・コーン・小松菜・セロリ
18	火	ご飯 豚肉のすき焼き風 キャベツのツナ和え じゃが芋の味噌汁	バナナケーキ 牛乳	豚もも肉・豆腐・みそ ツナ・牛乳・豆乳 かつお節	米・しらたき・油 砂糖・ごま油・ごま じゃが芋・小麦粉	人参・長ねぎ・えのき・キャベツ 玉ねぎ・小松菜・バナナ
21	金	豚肉の生姜焼き丼 小松菜の磯和え 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	きな粉ぼたもち 牛乳	豚もも肉・豆腐 みそ・牛乳・きな粉 かつお節	米・油・もち米・砂糖	生姜・玉ねぎ・しめじ・ピーマン もやし・小松菜・人参・焼きのり 長ねぎ・わかめ・バナナ
28	金	ご飯 ささみのピカタ 野菜のグリル 豆乳味噌スープ バナナ	型抜きクッキー 牛乳	鶏ささみ肉・卵 豆乳・みそ・牛乳 かつお節	米・小麦粉・油 砂糖・バター	ケチャップ・ブロッコリー れんこん・かぶ・キャベツ・人参 しめじ・玉ねぎ・バナナ・パセリ
29	土	ご飯 カレー肉じゃが かぶの梅和え もやしの味噌汁	青のりのおかかおにぎり 牛乳	豚もも肉・みそ かつお節・牛乳	米・じゃが芋・ごま しらたき・油	玉ねぎ・人参・グリーンピース かぶ・きゅうり・梅干し・もやし 長ねぎ・青のり



## 2025年 3月 給食献立表 乳児(3歳未満児)



日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1・15	土	ツナ麻婆丼 中華風酢漬け わかめスープ	シュガークッキー 牛乳	豆腐・ツナ・みそ 牛乳	米・油・砂糖・ごま 片栗粉・ごま油 小麦粉・バター グラニュー糖	にんにく・生姜・人参・長ねぎ きゅうり・大根・わかめ・えのき
3	月	ちらし寿司 ひし形バーグ 菜の花のすまし汁 ひなあられ	いちご豆乳プリン 牛乳	油揚げ・卵・豆腐 鶏ひき肉・みそ 牛乳・豆乳・かつお節 ホイップクリーム	米・砂糖・油・ごま パン粉・麩 ひなあられ	人参・干しいだけ さやいんげん・焼きのり・長ねぎ 青のり・なばな・えのき・アガー いちごジャム・生姜
4	火	ご飯 豚肉のすき焼き風 キャベツのツナ和え じゃが芋の味噌汁	バナナケーキ スキムココア	豚もも肉・豆腐 ツナ・みそ・豆乳 スキムミルク かつお節・牛乳	米・しらたき・油 砂糖・ごま油・ごま じゃが芋・小麦粉	人参・長ねぎ・えのき・キャベツ 玉ねぎ・小松菜・バナナ・ココア
5・19	水	ご飯 さばのおろし煮 ちくわとわかめの酢の物 豚汁	野菜ポッキー 牛乳	さば・ちくわ・みそ 豚もも肉・豆腐 牛乳・しらす かつお節・煮干し	米・砂糖・油・ごま 小麦粉・片栗粉	生姜・大根・わかめ・もやし きゅうり・人参・ごぼう・しめじ 長ねぎ・パセリ
6	木	ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ コーンスープ ココアクッキー	みかんヨーグルト 麦茶	豚ひき肉・チーズ 牛乳・ヨーグルト	スパゲティ・油 砂糖・小麦粉 片栗粉・バター	玉ねぎ・人参・トマト缶 ケチャップ・ブロッコリー キャベツ・コーン缶・みかん缶 にんにく・パセリ
7	金	豚肉の生姜焼き 小松菜の磯和え 長ねぎの味噌汁	梅おかかおにぎり 磯いりこ 牛乳	豚もも肉・豆腐 みそ・牛乳 かつお節・煮干し	米・油・ごま・ごま油	生姜・玉ねぎ・しめじ・ピーマン もやし・小松菜・人参・焼きのり 長ねぎ・わかめ・梅干し・青のり
8・22	土	ご飯 厚揚げウスター炒め 大豆入りポテトサラダ わかめと玉ねぎの味噌汁	黒糖蒸しパン 牛乳	生揚げ・豚もも肉 大豆・みそ・牛乳 豆乳・煮干し	米・油・じゃが芋 マヨネーズ・砂糖 麩・小麦粉・黒砂糖	人参・玉ねぎ・ピーマン・わかめ きゅうり
10・24	月	ご飯 鶏肉の酢豚風 春雨サラダ 中華スープ オレンジ	チャーハン 牛乳	鶏もも肉・生揚げ 牛乳・ツナ	米・片栗粉・油 砂糖・春雨・ごま油	玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン パプリカ・ケチャップ・キャベツ きゅうり・チンゲン菜・まいたけ オレンジ・グリーンピース
11・25	火	ご飯 さわらの菜種焼き 五目煮豆 なめこと長ねぎの味噌汁	焼きドーナツ 牛乳	さわら・卵・大豆 みそ・牛乳・煮干し かつお節	米・マヨネーズ・油 しらたき・砂糖 強力粉・小麦粉 バター・粉糖	ほうれん草・ごぼう・人参 ひじき・グリーンピース・なめこ キャベツ・長ねぎ
12・26	水	麦ご飯 豚肉のアングレース風 キャベツサラダ 小松菜の味噌汁	鬼まんじゅう りんごヨーグルト ドリンク	豚もも肉・油揚げ みそ・ヨーグルト 煮干し・牛乳	米・押麦・片栗粉 油・砂糖・パン粉 さつま芋・小麦粉	パセリ・キャベツ・人参・生姜 きゅうり・小松菜・玉ねぎ りんごジュース
13・27	木	ご飯 揚げ豆腐風の肉みそがけ ほうれん草のごま和え 大根の味噌汁	手作りポテトチップス 牛乳	豆腐・高野豆腐 豚ひき肉・みそ 牛乳・かつお節	米・片栗粉・油・麩 さつま芋・じゃが芋 砂糖・ごま	長ねぎ・生姜・ほうれん草・人参 大根・わかめ・青のり
14	金	食パン 鶏のから揚げ マカロニサラダ コンソメスープ ぶどうゼリー	ひじきふりかけおにぎり 牛乳	鶏もも肉・牛乳 かつお節	食パン・片栗粉・油 小麦粉・マカロニ 砂糖・マヨネーズ 米・ごま	生姜・にんにく・キャベツ・かぶ きゅうり・人参・コーン・玉ねぎ 小松菜・ぶどうジュース・アガー ひじき
17・31	月	ひき肉カレーライス コーンサラダ ささみと小松菜のスープ	きな粉クリームパン 牛乳	豚ひき肉・高野豆腐 鶏ささみ肉・牛乳 豆乳・きな粉	米・油・じゃが芋 小麦粉・マヨネーズ 食パン・砂糖	にんにく・生姜・人参・玉ねぎ りんご・ケチャップ・キャベツ きゅうり・コーン・小松菜・セロリ
18	火	ご飯 豚肉のすき焼き風 キャベツのツナ和え じゃが芋の味噌汁	バナナケーキ 牛乳	豚もも肉・豆腐・みそ ツナ・牛乳・豆乳 かつお節	米・しらたき・油 砂糖・ごま油・ごま じゃが芋・小麦粉	人参・長ねぎ・えのき・キャベツ 玉ねぎ・小松菜・バナナ
21	金	豚肉の生姜焼き丼 小松菜の磯和え 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	きな粉ぼたもち 牛乳	豚もも肉・豆腐 みそ・牛乳・きな粉 かつお節	米・油・もち米・砂糖	生姜・玉ねぎ・しめじ・ピーマン もやし・小松菜・人参・焼きのり 長ねぎ・わかめ・バナナ
28	金	ご飯 ささみのピカタ 野菜のグリル 豆乳味噌スープ バナナ	型抜きクッキー 牛乳	鶏ささみ肉・卵 豆乳・みそ・牛乳 かつお節	米・小麦粉・油 砂糖・バター	ケチャップ・ブロッコリー れんこん・かぶ・キャベツ・人参 しめじ・玉ねぎ・バナナ・パセリ
29	土	ご飯 カレー肉じゃが かぶの梅和え もやしの味噌汁	青のりのおかかおにぎり 牛乳	豚もも肉・みそ かつお節・牛乳	米・じゃが芋・ごま しらたき・油	玉ねぎ・人参・グリーンピース かぶ・きゅうり・梅干し・もやし 長ねぎ・青のり

