

# 令和8年 3月 給食 献立表

さくら保育園

日	曜日	朝おやつ	献立名	午後おやつ
2	月	ウエハース	ハヤシライス (ごはん・玉ねぎ・人参・じゃが芋・牛肉・ハヤシルウ) ツナサラダ (大根・人参・きゅうり・シーチキン・マヨネーズ・醤油) ミントマト	マシュマロトースト (マシュマロ・食パン) スキムミルク・幼児ココア (脱脂粉乳)
3	火	野菜ジュース	ちらし寿司 (ごはん・酢・砂糖・醤油・人参・蓮根・油揚げ・しいたけ・卵・さやえんどう・さくらでんぶ・のり) 鮭の塩レモン焼き (鮭・酒・塩・みりん・醤油・砂糖・レモン汁・パセリ) さつまいものマヨ和え(さつまいも・マヨネーズ) 人参のスープ (人参・わかめ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	ひなあられ風お麩ラスク (お麩・花麩・砂糖・バター・イチゴパウダー) ジョア(いちご味)
4	水	ソーセージ	食パン チキン南蛮 (鶏肉・小麦粉・醤油・酒・砂糖・酢・マヨネーズ・卵・こしょう・パセリ) 小松菜のお浸し (小松菜・キャベツ・かつお節・醤油) ポトフ (人参・じゃが芋・たまねぎ・キャベツ・ウインナー・コンソメ)	チョコチップクッキー (小麦粉・チョコチップ・卵・バター・砂糖) 乳児…チョコなし 牛乳
5	木	せんべい わくわくデー	★わくわくデー★ おにぎり(さくらごはん・わかめ) 鶏のから揚げ(鶏肉・片栗粉・しょうが・にんにく・醤油・酒)※乳児: 照り焼き ミートボール(ミートボール・醤油・砂糖・みりん・片栗粉) マカロニサラダ(マカロニ・人参・きゅうり・シーチキン・マヨネーズ) チーズ・バナナ・オレンジ・野菜ジュースorりんごジュース(乳児: 野菜ジュース)	フルーチェ (いちご味・牛乳) カルシウムビスケット
6	金	ヨーグルト	もずく丼 (ごはん・もずく・人参・コーン・ピーマン・パプリカ・豚肉・鶏肉・生姜・醤油・砂糖・酒) 白菜とひじきのおかか和え (白菜・キャベツ・油揚げ・ひじき・かつお節・醤油) 大根のみそ汁 (大根・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	しらすトースト (食パン・しらす・チーズ・青のり・マヨネーズ) 麦茶
7	土		☆大そうじ☆	
9	月	バナナ	ごはん 豆腐団子のユーリンチー風 (豆腐・鶏肉・ピーマン・白葱・生姜・醤油・砂糖・酢・ごま油・片栗粉) 納豆サラダ (納豆・人参・きゅうり・りんご・チーズ・シーチキン・酢・砂糖・醤油) 豚汁 (人参・大根・ごぼう・こんにゃく・豚肉・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	チーズクッキー (粉チーズ・バター・牛乳・卵 小麦粉・砂糖) 牛乳
10	火	飲むヨーグルト	チキンカツカレーライス (ごはん・玉葱・人参・じゃが芋・チーズ・りんご・カレールウ・鶏肉・卵・小麦粉・パン粉) シーザーサラダ(キャベツ・きゅうり・コーン・ハム・粉チーズ・マヨネーズ・塩) ひとくちゼリー	フルーツサンド (食パン・生クリーム・砂糖・もも缶・みかん缶) 乳児…生クリームなし: ジャム りんごジュース
11	水	ビスケット	食パン 白はんぺんフライ (白はんぺん・卵・小麦粉・パン粉・ソース) ほうれん草のお浸し (ほうれん草・キャベツ・かつお節・醤油) わかめスープ (コーン・人参・わかめ・たまねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	塩焼きそば (やしそば・キャベツ・ピーマン・人参・玉ねぎ・ごま油・中華だし) 麦茶
12	木	ヨーグルト	スタミナ納豆ごはん (ごはん・納豆・鶏肉・葱・にんにく・しょうが・醤油・砂糖・ごま油) たたききゅうり(きゅうり・塩) たくあん 島田汁 (じゃが芋・大根・人参・玉葱・ごぼう・しいたけ・レタス・油揚げ・みそ・かつおだし・さばだし・茶葉)	抹茶ケーキ (ホットケーキミックス・卵・豆腐・抹茶・小豆・砂糖・牛乳) スキムミルク (脱脂粉乳)
13	金	野菜ジュース	☆思い出手つなぎ遠足☆	みかん・せんべい
14	土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
16	月	せんべい	チャンポン麺 (ラーメン・かまぼこ・人参・玉ねぎ・豚肉・キャベツ・コーン・さやえんどう・鶏ガラ・醤油・片栗粉) チーズかまぼこ・バナナ	さくらゼリー (ゼリーの素: もも・青りんご)
17	火	ウエハース	バターロールパン ハンバーグ (豚肉・人参・玉ねぎ・卵・パン粉・ケチャップ) コロコロサラダ (じゃがいも・人参・きゅうり・ウインナー・マヨネーズ) 野菜スープ (人参・じゃが芋・いんげん・キャベツ・ベーコン・コンソメ)	抹茶クッキー (抹茶・小麦粉・卵・バター・砂糖) 牛乳
18	水	バナナ	中華丼 (ごはん・豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・チンゲン菜・しいたけ・生姜・酒・醤油) 中華だし・鶏ガラ・ごま油・片栗粉) 小魚サラダ (しらす・大根・人参・きゅうり・りんご・マヨネーズ) やみついきゅうり (きゅうり・鶏ガラ・ごま・ごま油)	パンプディング (食パン・卵・牛乳・砂糖・粉糖) 麦茶



19	木	飲むヨーグルト	しょうゆラーメン (ラーメン・豚肉・キャベツ・人参・もやし・コーン・なると・醤油・鶏ガラ) フランクフルト バナナ	バイクドチーズケーキ (小麦粉・卵・クリームチーズ・砂糖・生クリーム・レモン汁) 牛乳
20	金		☆卒園式☆春分の日☆	
21	土	希望保育		ビスケット・野菜ジュース
23	月	せんべい	ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き (鶏肉・みそ・マヨネーズ) 小松菜の納豆和え (小松菜・納豆・人参・白菜・醤油) 玉ねぎのみそ汁 (玉ねぎ・人参・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	チーズまんじゅう (ホットケーキミックス・卵・牛乳・バター・クリームチーズ・砂糖) 牛乳
24	火	チーズ	食パン 鮭の香りフライ (鮭・小麦粉・卵・パン粉・黒ごま・青のり) キャベツの胡麻マヨネーズ和え (キャベツ・人参・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・すりごま・醤油) クリームシチュー (じゃがいも・人参・玉ねぎ・マカロニ・コーン・牛乳・シチュールー)	カルピスグミ (カルピス・ゼラチン) 麦茶
25	水	ビスケット	ごはん 鶏肉の照り焼き (鶏肉・酒・醤油・砂糖・みりん・しょうが) 小松菜の和風ツナ和え (小松菜・キャベツ・人参・ツナ・かつお節・醤油) なめこのみそ汁 (なめこ・人参・玉ねぎ・葱・みそ・かつおだし・さばだし)	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・みかん缶・バナナ・砂糖)
26	木	ヨーグルト	ごはん 松風焼き (鶏肉・玉葱・人参・卵・パン粉・しょうが・みそ・ごま・砂糖・醤油・酒) ほうれん草のごま和え (ほうれん草・キャベツ・人参・わかめ・すりごま・醤油・砂糖) おふのみそ汁 (麩・人参・たまねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	ピザトースト (食パン・玉ねぎ・ピーマン・ベーコン・ケチャップ・チーズ) 麦茶
27	金	ソーセージ	ごはん 鯖ステーキ (まぐろ・塩・こしょう) ゆたかあえ (人参・こんにゃく・たくあん・いんげん・黒ごま・醤油・マヨネーズ) しいたけのスープ (しいたけ・人参・玉ねぎ・葱・醤油・かつおだし・さばだし)	みかんゼリー・せんべい
28	土			
30	月		◆希望保育◆	
31	火		◆家庭保育の日◆	

除去はありません
除去があります

ひよこ組のみチェックをお願いします  
 ☆3月の1日当たりの平均栄養摂取量です☆  
 <<左:幼児 / 右:乳児>>

エネルギー (Kcal)	653	539
たんぱく質 (g)	25.3	20.9
脂質 (g)	21.8	17.3
Ca (mg)	245	256
Vc (g)	29	23
鉄分 (mg)	2.4	2.0
塩分 (g)	2.3	2.0

切日  
月 日

☆今年度最後の月になりました☆

4月に比べ子どもたちは、たくましさや頼もしさが備わってきたように感じる今日この頃。食事面においても、苦手なものもいろいろな方法で提供することにより少しずつ食べられるようになったり、お箸の使い方が上手になったりとその子なりのペースでそれぞれ成長してきました。乳幼児期は心も体も著しく成長するため、食事も重要な役割を果たします。この時期に大切なのは「食べることで幸せ！」とたくさん感じられることだと思います。ちょっとした工夫で『楽しい!嬉しい!幸せ!』と思ってくれれば嬉しいですね。年長さんは卒園を迎え、4月から小学生になります。小学校へ行って栄養たっぷりのおいしい給食を食べて元気いっぱい過ごしてほしいと願っています。これからも、園の子ども皆が「食べられる自信」をもって少しずつ成長していけることを願っています。それぞれの家庭の味にはかきませんが「思い出の味・愛のある給食」を目指していきたいと思っています。

☆かもめくみ～給食・おやつベスト3～☆

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 1位: しょうゆラーメン | 1位: バイクドチーズケーキ |
| 2位: もずく丼     | 2位: チョコバナナ     |
| 3位: カレーライス   | 3位: 抹茶クッキー     |

3月の給食の献立に  
 かもめさんのベスト3  
 と  
 人気メニューが入っています!  
 いつも「美味しい!」