

＜献立表＞

忍岡こども園
令和7年度3月（弥生）献立表



3月の目標：春野菜を食べよう

【テーマ食材 春野菜（新玉葱・菜の花・かぶ）】



※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分のカロリーです。乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児昼食おやつ分のカロリー基準：547kcal

	月 2 月組お別れ遠足	火 3 ひな祭り会	水 4	木 5	金 6	土 7 保護者懇談会
昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 大根としめじの味噌汁 バナナ（児童協会）	ひな祭りちらし寿司 鱈の西京焼き 菜の花としめじのお浸し 手まり麩のすまし汁 いちご	納豆の卵としめじ 小松菜の胡麻和え 新こぼろの味噌汁 でこぼん	ビーフカレー コロコロ野菜とチーズのサラダ パイザンヌスープ フルーツゼリー	雑穀ご飯 鯖の揚げ焼きおろしあんかけ かぶと胡瓜の利休和え 里芋ときのこの味噌汁 清見オレンジ	豚肉の甘辛丼 もやしと人参のツナサラダ きのこの味噌汁 ヨーグルト
3時	みかんたっぷりケーキ 牛乳	桜祭しパン ひなあられ 緑茶	フライドポテト ヨーグルトドリンク	鶏肉とひじきの炊き込みご飯 麦茶	梅おほかおにぎり 小魚 麦茶	塩昆布おにぎり 牛乳
	I補肝 - 531 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 17.1 g 炭水化物 75.8 g	I補肝 - 441 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 8.4 g 炭水化物 73.4 g	I補肝 - 480 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 9.0 g 炭水化物 85.4 g	I補肝 - 590 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 19.0 g 炭水化物 94.0 g	I補肝 - 447 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 11.0 g 炭水化物 72.7 g	I補肝 - 562 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 84.4 g
	9 お別れ会・月組リクエスト献立	10 大きくなっかな	11	12 誕生会	13 卒業式	14
昼食	キャベツの塩焼きそば フロッコリーとささみのさっぱり きのこ若布のスープ うさぎりんご	胚芽ご飯 鯖のカラフル焼き 白菜と胡瓜の胡麻ドレッシングサ げんちゃん汁 はっさく マカロニきな粉	ご飯 筑前煮 ほうれん草のおかか和え 板麩とえのきの味噌汁 バナナ	ロールパン エビクラタン 3色野菜のさっぱりサラダ オニオンスープ カルピスゼリー パンフティング ヨーグルトドリンク	ご飯 豚肉とフロッコリーの塩麩炒め 胡瓜と若布の酢の物 ニラ玉味噌汁 ヨーグルト コーンパン	ご飯 鶏じゃが キャベツと胡瓜のゆかり和え 切干大根の味噌汁 ヨーグルト ツナおにぎり 牛乳
3時	プリンアラモード お楽しみジュース	マカロニきな粉 牛乳	桜えびのおにぎり こぼろチップス 麦茶	パンフティング ヨーグルトドリンク	コーンパン 牛乳	ツナおにぎり 牛乳
	I補肝 - 486 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 23.2 g 炭水化物 58.7 g	I補肝 - 424 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 15.1 g 炭水化物 58.7 g	I補肝 - 507 kcal 蛋白質 16.8 g 脂質 10.5 g 炭水化物 88.3 g	I補肝 - 653 kcal 蛋白質 32.4 g 脂質 22.8 g 炭水化物 85.1 g	I補肝 - 501 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 16.3 g 炭水化物 76.4 g	I補肝 - 554 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.5 g 炭水化物 90.6 g
	16	17 0歳児健診	18 避難訓練	19	20	21
昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの煮物 大根としめじの味噌汁 バナナ（児童協会）	ご飯 肉豆腐 大根の柚香和え かぶとしめじの味噌汁 ヨーグルト	納豆の卵としめじ 小松菜の胡麻和え 新こぼろの味噌汁 でこぼん	チキンカレー コロコロ野菜とチーズのサラダ パイザンヌスープ フルーツゼリー	春分の日	
3時	みかんたっぷりケーキ 牛乳	挽肉チャーハン 麦茶	フライドポテト ヨーグルトドリンク	牡丹餅 せんべい（ばりんこ） ほうじ茶		
	I補肝 - 531 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 17.1 g 炭水化物 75.8 g	I補肝 - 506 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物 83.2 g	I補肝 - 480 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 9.0 g 炭水化物 85.4 g	I補肝 - 562 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 11.2 g 炭水化物 103.0 g	I補肝 - 562 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 84.4 g	
	23 終業式	24	25	26	27	28
昼食	野菜たっぷり肉焼うどん フロッコリーとささみのさっぱり きのこ若布のスープ りんご	胚芽ご飯 鯖のカラフル焼き 白菜と胡瓜の胡麻ドレッシングサ げんちゃん汁 はっさく マカロニきな粉	ご飯 筑前煮 ほうれん草のおかか和え 板麩とえのきの味噌汁 バナナ	ご飯 鶏の磯部揚げ 新こぼろと蓮根のマヨサラダ 豆腐と玉葱の味噌汁 フルーツゼリー	ご飯 豚肉とフロッコリーの塩麩炒め 胡瓜と若布の酢の物 ニラ玉味噌汁 ヨーグルト コーンパン	ご飯 鶏じゃが キャベツと胡瓜のゆかり和え 切干大根の味噌汁 ヨーグルト ツナおにぎり 牛乳
3時	トマトリゾット 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	桜えびのおにぎり こぼろチップス 麦茶	パンフティング ヨーグルトドリンク	コーンパン 牛乳	ツナおにぎり 牛乳
	I補肝 - 382 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 9.2 g 炭水化物 60.0 g	I補肝 - 424 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 15.1 g 炭水化物 58.7 g	I補肝 - 507 kcal 蛋白質 16.8 g 脂質 10.5 g 炭水化物 88.3 g	I補肝 - 630 kcal 蛋白質 27.9 g 脂質 19.4 g 炭水化物 90.5 g	I補肝 - 501 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 16.3 g 炭水化物 76.4 g	I補肝 - 554 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.5 g 炭水化物 90.6 g
	30	31				
昼食	雑穀ご飯 鯖の揚げ焼きおろしあんかけ かぶと胡瓜の利休和え 里芋ときのこの味噌汁 清見オレンジ	ご飯 肉豆腐 大根の柚香和え かぶとしめじの味噌汁 ヨーグルト				
3時	梅おほかおにぎり 小魚 麦茶	挽肉チャーハン 麦茶				
	I補肝 - 447 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 11.0 g 炭水化物 72.7 g	I補肝 - 506 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 11.6 g 炭水化物 83.2 g				