

かさい発みらい行きほいくえん 令和7年度3月（弥生）献立表



目標：春野菜を食べよう



※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日の昼食とおやつです。
乳児は8割で計算しています。これは目安であり、個々の喫食量に応じて変動します。
※1・2歳児クラスでは、朝おやつとして牛乳を提供していきます。
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：547kcal

	月 2	火 3 ひなまつり	水 4	木 5 お別れ会	金 6	土 7 卒園式
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 フルーツゼリー	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	納豆の卵とじ丼 小松菜の胡麻和え 新ごぼうの味噌汁 でこぼん	わかめおにぎり 鶏のから揚げ コロコロ野菜とチーズのサラダ バナナ 野菜ジュース	ご飯 肉豆腐 大根の柚香和え かぶとしめじの味噌汁 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	桜蒸しパン ひなあられ 緑茶	フライドポテト ヨーグルトドリンク	いちごのロールケーキ 牛乳	挽肉チャーハン 小魚 麦茶	塩昆布おにぎり 牛乳
	I栄養 - 529 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 17.1 g 炭水化物 75.8 g	I栄養 - 441 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 8.4 g 炭水化物 73.4 g	I栄養 - 480 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 9.0 g 炭水化物 85.4 g	I栄養 - 535 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 18.6 g 炭水化物 77.4 g	I栄養 - 484 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 11.7 g 炭水化物 77.7 g	I栄養 - 562 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 84.4 g
	9	10	11	12	13	14
昼食	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	胚芽ご飯 鱈のカラフル焼き 白菜と胡瓜の胡麻ドレッシングサ けんちん汁 はっさく	キャベツの塩焼きそば ブ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	トマトたっぷりハヤシライス ミモザサラダ ペイザンヌスープ フルーツゼリー	ご飯 豚肉とブ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	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
3時	トマトリゾット 麦茶	パンプディング ヨーグルトドリンク	桜えびのおにぎり ごぼうチップス 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	コーンパン 牛乳	ツナおにぎり 牛乳
	I栄養 - 443 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 8.3 g 炭水化物 79.2 g	I栄養 - 543 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 16.2 g 炭水化物 78.6 g	I栄養 - 487 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 20.2 g 炭水化物 65.0 g	I栄養 - 551 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 18.6 g 炭水化物 81.9 g	I栄養 - 501 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 16.3 g 炭水化物 76.4 g	I栄養 - 554 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.5 g 炭水化物 90.6 g
	16	17	18 お彼岸	19 誕生日会	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 フルーツゼリー	雑穀ご飯 鱈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 ヨーグルト	納豆の卵とじ丼 小松菜の胡麻和え 新ごぼうの味噌汁 でこぼん	ロールパン エビグラタン 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		
3時	みかんたっぷりケーキ 牛乳	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶	牡丹餅 せんべい（ぱりんこ） ほうじ茶	プリンアラモード お楽しみジュース		
	I栄養 - 530 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 17.1 g 炭水化物 76.2 g	I栄養 - 481 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 11.1 g 炭水化物 78.2 g	I栄養 - 481 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 6.2 g 炭水化物 93.5 g	I栄養 - 603 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 22.3 g 炭水化物 81.0 g	I栄養 - 562 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 84.4 g	I栄養 - 554 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.5 g 炭水化物 90.6 g
	23	24	25	26	27	28
昼食	ご飯 肉豆腐 大根の柚香和え かぶとしめじの味噌汁 オレンジ	胚芽ご飯 鱈のカラフル焼き 白菜と胡瓜の胡麻ドレッシングサ けんちん汁 はっさく	キャベツの塩焼きそば ブ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	キーマカレー ミモザサラダ ペイザンヌスープ フルーツゼリー	ご飯 豚肉とブ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	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
3時	挽肉チャーハン 小魚 麦茶	パンプディング ヨーグルトドリンク	桜えびのおにぎり ごぼうチップス 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	コーンパン 牛乳	ツナおにぎり 牛乳
	I栄養 - 484 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 11.7 g 炭水化物 77.7 g	I栄養 - 543 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 16.2 g 炭水化物 78.6 g	I栄養 - 487 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 20.2 g 炭水化物 65.0 g	I栄養 - 528 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 16.6 g 炭水化物 80.9 g	I栄養 - 501 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 16.3 g 炭水化物 76.4 g	I栄養 - 554 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.5 g 炭水化物 90.6 g
	30	31	<p>～リクエスト献立～</p> <p>3月で卒園になるつき組のお友だち。 最後の月に好きな給食のアンケートをとりました！ つき組のみんなが食べたい献立をたくさん取り入れています。 青く塗りつぶされている献立がリクエスト献立になっています。</p>			
昼食	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	雑穀ご飯 鱈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 ヨーグルト				
3時	トマトリゾット 麦茶	梅おかかおにぎり 小魚 麦茶				
	I栄養 - 443 kcal 蛋白質 15.5 g 脂質 8.3 g 炭水化物 79.2 g	I栄養 - 481 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 11.1 g 炭水化物 78.2 g				

