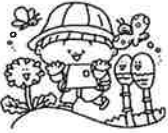
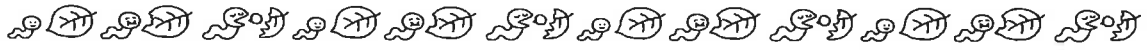


令和7年3月 給食献立表



できるようになったことを振り返ってみましょう



子どもたちは、1年間でできるようになったことが増えました。「食」に関することでは、食事のマナーに気を付けて食べられるようになった子や、苦手なものが食べられるようになった子など、さまざまです。子どもたち自身が自分の成長に気づき、喜びを感じて自信につながるように、振り返ってみましょう。

日	曜日	献立名	3時のおやつ	真の仲間 (腸やかになるもの)	赤の仲間 (血や肉になるもの)	緑の仲間 (体の調子を整えるもの)	献立名	真の仲間 (腸やかになるもの)	赤の仲間 (血や肉になるもの)	緑の仲間 (体の調子を整えるもの)
1	土	野菜ラーメン 煮豆 ★ご飯	牛乳 チーズサンド クラッカー	中華めん ごま油 砂糖 クラッカー 米	豚肉 なるとみそ 牛乳 大豆 クリームチーズ	人参 キャベツ もやし 玉葱	豚じゃが ツナとわかめの酢の物 豆乳汁 ★ご飯	米 じゃがいも しらす 煮 砂糖 ごま	豚肉 わかめ ツナ 豆乳 みそ いりこ	玉葱 人参 さやいんげん きゅうり しめじ ねぎ
3	月	※びな祭り※ ちらしずし 鶏肉の香味焼き 菜の花和え すまし汁 果物	お茶 桜もち	米 砂糖 塩 ごま油 マヨネーズ 白玉粉 煮豆	しらす干し 鶏 鶏肉 みそ はんぺん わかめ こんぶ かつお節 ごしあん	ごぼう 人参 干し椎茸 さやいんげん にんにく ほうれんそう しめじ いちご	厚揚げとキャベツの煮物 五目味噌汁 ★ご飯	米 油 砂糖 でんぷん	豚肉 厚揚げ 油揚げ いりこ みそ	キャベツ 人参 生しいたけ だいこん 千筋豆 菜 しめじ
4	火	豆腐ハンバーグ カミキサラダ あずか汁 ★ご飯	牛乳 ヨーグルト蒸しパン	米 でんぷん 砂糖 油 コーン マヨネーズ 小麦粉	豆腐 鶏肉 ひじき 卵 しらす干し 大豆 わかめ みそ スキムミルク いりこ 牛乳 ヨーグルト	玉葱 キャベツ きゅうり だいこん 人参	鶏肉のクリーム煮 冬野菜サラダ ★ご飯	米 小麦粉 塩 コーンポタ じゃがいも だし 野菜ス	豚肉 スキムミルク	玉葱 人参 パセリ ほうろく ブロッコリー
5	水	煮魚 小松菜のごま和え みそ汁 果物 ★ご飯	お茶 大学芋	米 砂糖 ごま さつまいも 油	さば ツナ 卵 油揚げ わかめ いりこ みそ	しょうが ごまつな もやし 人参 だいこん じゃがいも	和風スパゲティ 豆腐スープ ★ご飯	スパゲティ パスター 米	ツナ かつお節 のり 豆腐 いりこ	玉葱 ぶなめじ 昆布のきり 人参 ほうれんそう
6	木	カレー キャベツのサラダ 果物 ★ご飯	お茶 コーン toast	米 じゃがいも 油 小麦粉 パスター はちみつ コーン 砂糖 パン マヨネーズ 米	牛肉 牛乳 かまぼこ チーズ	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく きゅうり キャベツ 蜜柑	エビフライ 茹でブロッコリー コーンポタージュ ★ご飯	米 パスター 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ コーン	鶏肉 えび 卵	玉葱 人参 グリンピース だいこん じゃがいも パセリ
7	金	※お別れ遠足※	牛乳 ホットケーキ	米 小麦粉 砂糖 いちごジャム	牛乳 卵		魚のごま油焼き ひじきいため煮 中華スープ ★ご飯	米 でんぷん ごま油 砂糖	あじ ひじき 油揚げ 豚肉	人参 さやいんげん たけのこ やし 千筋豆 しめじ
8	土	けんちんうどん ごまマヨネーズ和え ★ご飯	お茶 クラッカー ヨーグルト	うどん さといも ごま 米 マヨネーズ クラッカー	鶏肉 いりこ 竹輪 ヨーグルト	だいこん 人参 干し椎茸 千筋豆 ツナ 人参 玉葱	シーチキンオムレツ かみかみサラダ みそ汁 ★ご飯	米 小麦粉 砂糖 油 コーン マヨネーズ	卵 スキムミルク ツナ しらす干し チーズ みそ いりこ	玉葱 人参 マヨネーズ きゅうり キャベツ えのきたけ
10	月	豆腐とキャベツの味噌炒め きのこスープ 果物 ★ご飯	牛乳 コーンボール	米 油 砂糖 小麦粉 コーン粉 パン粉	豆腐 豚肉 みそ ベーコン いりこ 牛乳 卵	人参 玉葱 キャベツ えのき いりこ 牛乳 卵	はんぺんフライ ポテトサラダ 豆乳スープ ★ご飯	米 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも コーン チーズ	はんぺん 卵 ベーコン かつお節 豆乳	きゅうり 人参 玉葱 しめじ はくさい
11	火	ハヤシチュー 鉄分たっぷりサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 じゃこおやき	米 じゃがいも 油 小麦粉 パスター 砂糖	牛肉 チーズ ひじき ハム 牛乳 しらす干し 卵 スキムミルク	にんにく 玉葱 人参 キャベツ グリンピース トマト ほうれんそう りんご	魚のチーズピカタ 小松菜のソテー ミネストローネ ★ご飯	米 小麦粉 油 コーン じゃがいも だし	パセリ ササゲ チーズ ベーコン	パセリ ごまつな 玉葱 人参 セロリ にんにく
12	水	肉豆腐 みそ汁 果物 ★ご飯	牛乳 チーズ入り蒸しパン	米 しょうが 油 砂糖 みそ 小麦粉 パスター	牛肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ いりこ 牛乳 チーズ 卵	人参 玉葱 ごまつな 蜜柑	鶏南うdon 味噌 ★ご飯	うどん 砂糖 じゃがいも 米	鶏肉 いりこ 大豆 こんぶ 油揚げ	ごぼう 人参 ねぎ さやいんげん
13	木	魚のごま油焼き ひじきのため煮 豚汁 ★ご飯	牛乳 オレンジジュ	米 小麦粉 マヨネーズ ごま油 砂糖 さといも	ホキ ひじき 油揚げ 豚肉 豆腐 いりこ みそ 牛乳 蜜柑	人参 さやいんげん ごぼう だいこん ねぎ 蜜柑 ジュ 蜜柑	チキンカレー ヨーグルトサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パスター はちみつ チーズ	鶏肉 牛乳 ハム ヨーグルト	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく きゅうり キャベツ
14	金	※誕生会※ チキンライス エビフライ 茹でブロッコリー コーンポタージュ	お茶 フルーツサンド	米 パスター 小麦粉 パン粉 マヨネーズ コーン粉 パン 砂糖	鶏肉 えび 卵 牛乳 生クリーム	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく ブロッコリー パセリ いちご	五目卵焼き あずか汁 ★ご飯	米 油 砂糖 じゃがいも	卵 しらす干し 鶏肉 豆腐 鶏肉 みそ スキムミルク いりこ	さやいんげん 人参 玉葱 千筋豆
15	土	中華塩そば わかめスープ ★ご飯	牛乳 ふかしもち	中華めん 油 ごま油 さつまいも 米	豚肉 さつまいも 油揚げ いりこ お酢 わかめ かまぼこ いりこ 牛乳	キャベツ ビーマン もやし 玉葱 人参 はくさい	魚のみそ煮 千筋豆菜のごま和え 村薑汁 ★ご飯	米 砂糖 ごま でんぷん	さば 竹輪 玉葱 卵 わかめ いりこ	しょうが だし だいこん えのき たけ 人参 ねぎ
17	月	鶏肉のクリーム煮 ツナサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 りんごケーキ	米 小麦粉 油 コーン粉 パスター 砂糖	鶏肉 スキムミルク ツナ 牛乳 卵	玉葱 人参 ブロッコリー 千筋豆 ツナ もやし ヨーグルト りんご	豆腐とツナの判焼き ちりめん野菜のナムル みそ汁 ★ご飯	米 油 パン粉 コーン 砂糖 ごま油 じゃがいも	豆腐 いりこ みそ 卵 小麦粉 しらす干し 油揚げ ツナ ほうろく	玉葱 だいこん もやし 人参 ねぎ
18	火	炒り豆腐 中華スープ 果物 ★ご飯	牛乳 ピザトースト	米 油 砂糖 ごま油 でんぷん パン	豆腐 鶏肉 豚肉 わかめ 牛乳 ベーコン チーズ	玉葱 干し椎茸 人参 グリンピース たけのこ ほうろく ぶなめじ いりこ ピーマン	鶏肉のオレンジ焼き 菜の花和え すまし汁 ★ご飯	米 砂糖 油 マーメイド マヨネーズ	しらす干し 豚肉 豆腐 こんぶ かつお節	ごぼう 人参 干し椎茸 しめじ さやいんげん みそ 誕生会 にんにく ほうれんそう
19	水	コーンオムレツ ほうれん草とツナのソテー ベーコンとじゃがいものスープ ★ご飯	牛乳 フルーツヨーグルト	米 コーン粉 油 じゃがいも	卵 スキムミルク ツナ 卵 ベーコン 牛乳 ヨーグルト	玉葱 ほうれんそう 人参 にんにく だいこん しめじ パセリ パナップ もも 蜜 柑	きつねうどん 酢みそ和え ★ご飯	うどん 砂糖 ごま 米	油揚げ 牛乳 いりこ 竹輪 わかめ みそ	人参 ねぎ キャベツ
21	金	魚の竜田揚げ 千筋豆菜と菜花のごま和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 お好み焼き	米 でんぷん 油 ごま 小麦粉 マヨネーズ	赤魚 かまぼこ 厚揚げ いりこ みそ 牛乳 豚肉 卵 あおりのり かつお節	しょうが 千筋豆 ツナ 人参 にんにく だいこん しめじ パセリ パナップ もも 蜜 柑	ポークカレー コールスロー ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パスター はちみつ マヨネーズ	豚肉 牛乳 ヨーグルト	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく キャベツ きゅうり
22	土	スパゲティナポリタン 卵スープ ★ご飯	牛乳 ビスケット バナナ	スパゲティ 油 でんぷん ビスケット 米	ベーコン チーズ 卵 豆腐 かつお節 こんぶ 牛乳	玉葱 ビーマン しめじ ねぎ バナナ	柳川煮 あつさり納豆 みそ汁 ★ご飯	米 油 砂糖	豚肉 卵 納豆 厚揚げ わかめ いりこ みそ	ごぼう 人参 干し椎茸 玉葱 さやいんげん もやし しそ菜
24	月	じゃがいもそばろ煮 ひじきの酢の物 果物 ★ご飯	お茶 牛乳寒	米 じゃがいも 油 砂糖 でんぷん コーン ごま 油	鶏肉 干し椎茸 ハム 牛乳 蜜柑	玉葱 人参 グリンピース ほうろく じゃがいも 蜜柑 パイナップル	魚のごまソースかけ 大根と水菜の和え物 卵スープ ★ご飯	米 小麦粉 油 ごま 砂糖 ごま油 でんぷん	赤魚 しらす干し 卵 わかめ かつお節 こんぶ	だいこん みずな
25	火	※お別れ会※ わかめご飯 はんぺんフライ ヨーグルトサラダ ニラ玉スープ	牛乳 カップケーキ	米 砂糖 小麦粉 パスター チョコ	わかめ しらす干し 牛乳 はんぺん 卵 ハム 生クリーム	きゅうり キャベツ 人参 にんにく だいこん しめじ パセリ ほうろく	麻婆豆腐 拌三条 ★ご飯	米 砂糖 ごま油 でんぷん 香辛油	豆腐 豚肉 みそ ハム 卵	玉葱 干し椎茸 人参 しょうが きゅうり
26	水	魚のカレムニエル 野菜のみそマヨネーズ和え ミネストローネ ★ご飯	牛乳 クッキー	米 小麦粉 油 パスター ごま マヨネーズ マカロニ じゃがいも ココア	たら 竹輪 みそ ベーコン 牛乳	キャベツ にら 玉葱 人参 セロリ にんにく パセリ	焼きそば わかめスープ ★ご飯	中華めん 油 米	豚肉 さつまいも 卵 のり かつお節 わかめ いりこ	キャベツ もやし 人参 玉葱 千筋豆 菜の花 せむぎ
27	木	厚揚げ含め煮 ひじきの和風サラダ みそ汁 ★ご飯	牛乳 ポップコーン	米 しょうが 油 砂糖 ごま じゃがいも	厚揚げ 牛肉 鶏肉 ひじき わかめ いりこ みそ 牛乳	玉葱 人参 ごまつな はくさい	雑菜 はんぺん汁 ★ご飯	米 油 砂糖 砂糖	豚肉 卵 はんぺん かつお節 こんぶ	しょうが キャベツ もやし 人参 干し椎茸 しめじ ごまつな
28	金	五目卵焼き 菜の花の炒め物 豆乳汁 ★ご飯	牛乳 ツナサンド	米 油 砂糖 パン パスター マヨネーズ	卵 しらす干し 鶏肉 豆腐 ベーコン 豆乳 みそ 豆腐 いりこ 牛乳 ツナ 卵	さやいんげん 人参 ねぎ 玉葱 干し椎茸 ねぎ きゅうり	ハヤシチュー フレッシュサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 砂糖 小麦粉 パスター	牛肉 牛乳	にんにく 玉葱 人参 きゅうり ほうろく 人参 パセリ
29	土	※卒園式※	お茶 せんべい	せんべい			けんちんうどん ごまマヨネーズ和え ★ご飯	うどん さといも マヨネーズ ごま 米	鶏肉 いりこ 竹輪	だいこん 人参 干し椎茸 千筋豆 ほうろく 人参 きゅうり
31	月	ポークカレー コールスロー 果物 ★ご飯	牛乳 丸ボーロ チーズ	米 じゃがいも 油 小麦粉 パスター はちみつ マヨネーズ 蜜柑 ほうろく	豚肉 牛乳 ヨーグルト チーズ	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく キャベツ きゅうり いちご	炒り豆腐 汁ビーフン ★ご飯	米 油 砂糖 ビーフン	しらす干し わかめ 豆腐 豚肉 卵 豚肉 いりこ	玉葱 干し椎茸 人参 グリンピース もやし ねぎ

※入荷の都合により献立及び材料の一部を変更することがあります。