

令和8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、食べられるものが増えたり、お友達と協力して食事の準備ができるようになったりなど、さまざまな成長がみられました。家庭でもこんなことができるようになったね」とほめてあげてください。  
 食べることは生きるための基本です。子どもたちが食に興味を持ち、おいしく、楽しく食べて、食を営む力を育てていけるよう、大人もゆったりとした気持ちで食卓を囲みましょう。



日	曜日	献立名	3時のおやつ	黄の仲間 (熱や力になるもの)	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	黄の仲間 (熱や力になるもの)	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)
2	月	チーズと青菜のオムレツ キャベツとパインのサラダ 豆乳スープ ★ご飯	お茶 きつねおにぎり	米 油 片栗粉 砂糖 ごま	卵 プロセスチーズ ローズハム かつお節 豆乳 油揚げ	チンゲンツァイ 人参 玉葱 キャベツ きゅうり パイン 缶 ぶなしめじ ねぎ	魚のごまマヨ焼き ひじきのいため煮 豚汁 ★ご飯	米 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 しいたけ	人参 さやいんげん ごぼう だいこん ねぎ
3	火	ちらしずし 鶏肉のオレンジ焼き 菜の花和え すまし汁 果物	お茶 桜餅	米 砂糖 油 マーレード コーン缶 ふ 白玉粉 あんこ	しらすずし 卵 鶏肉 豆腐 こんぶ かつお節	ごぼう 人参 干し椎茸 さやいんげん にんにく しょうが ほうれんそう もやし ぶなしめじ いちご	カレー キャベツのサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター はちみつ マヨネーズ	牛肉 牛乳 かまぼこ	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
4	水	豚と大根のうま煮 春雨の酢の物 みそ汁 ★ご飯	牛乳 ツナチートrost	米 キザラ 春雨 砂糖 ごま油 ふ 食パン コーン マヨネーズ	豚肉 厚揚げ ロースハム わかめ みそ しいこ ツナ とろけるチーズ 牛乳	だいこん 人参 玉葱 さやいんげん きゅうり えのきたけ	野菜ラーメン 煮豆 ★ご飯	米 中華めん ごま油 砂糖	豚肉 かまぼこ みそ 牛乳 大豆	人参 キャベツ もやし 玉葱
5	木	魚のカレームニエル ブロッコリーの和風マヨ和え ミネストローネ ★ご飯	牛乳 沖繩風ドーナツ	米 小麦粉 油 有塩バター マヨネーズ 砂糖 ごま油 マカロニ	まだら 鶏肉 さき身 ベーコン 牛乳 卵	ブロッコリー 玉葱 人参 キャベツ セロリー にんにく パセリ	肉豆腐 みそ汁 ★ご飯	米 したらき 油 砂糖 ふ	牛肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ しいこ	人参 玉葱 ねぎ ごまつな
6	金	炒り豆腐 ツナとわかめの酢の物 みそ汁 ★ご飯	牛乳 ふかし芋	米 油 砂糖 ごま さつまいも	豆腐 鶏ひき肉 卵 わかめ ツナ缶 油揚げ しいこ みそ 牛乳	玉葱 干し椎茸 人参 グリンピース きゅうり はくさい ねぎ	マカロニグラタン いんげんとコーンのソー 野菜スープ ★ご飯	米 マカロニ 油 小麦粉 バター パン粉 コーン	鶏肉 牛乳 チーズ ベーコン	玉葱 しめじ 人参 さやいんげん キャベツ リーフレタス
7	土	鶏南うどん ポテトサラダ ★ご飯	牛乳 パウムクーヘン 果物	米 うどん 砂糖 じゃがいも コーン缶 マヨネーズ パウムクーヘン	鶏肉 しいこ 牛乳	ごぼう 玉葱 人参 ねぎ きゅうり パナナ	豆腐とキャベツの味噌炒め きのこスープ ★ご飯	米 油 砂糖	豆腐 豚肉 みそ ベーコン しいこ	人参 玉葱 キャベツ えのきたけ しめじ
9	月	カレー ちりめん野菜のナムル ★ご飯	牛乳 あべ川マカロニ	米 じゃがいも 油 小麦粉 有塩バター はちみつ とうもろこし 砂糖 ごま油 マカロニ	牛肉 牛乳 したらすし きな粉	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく もやし キャベツ ネーブル	魚の竜田揚げ チンゲン菜と菜の花のごま和え みそ汁 ★ご飯	米 でんぶ 油 ごま 小麦粉	赤魚 かまぼこ 厚揚げ しいこ みそ	しょうが チンゲンツァイ もやし 菜の花 大根 人参 ねぎ
10	火	肉団子のポトフ マカロニサラダ 果物 ★食パン	お茶 かみかみおこわ	食パン 片栗粉 じゃがいも スパゲッティ コーン マヨネーズ もち米 砂糖 油	鶏ひき肉 豆腐 卵 ローズハム したらすし ひじき 大豆	ねぎ しょうが 人参 玉葱 ブロッコリー キヤベツ きゅうり パナナ 干し椎茸	スパゲティナポリタン 卵スープ ★ご飯	米 スパゲッティ 油 でんぶ	ベーコン チーズ 卵 豆腐 かつお節 こんぶ	玉葱 人参 しめじ ねぎ
11	水	魚のてりやき じゃがいもごま和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 りんごケーキ	米 砂糖 油 じゃがいも ごま上新粉	さわら 油揚げ わかめ しいこ みそ 牛乳 卵	チンゲンツァイ 人参 もやし だいこん 玉葱 りんご	ハヤシチュー 鉄分たっぷりサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター	牛肉 チーズ ひじき ハム 牛乳 したらすし	にんにく 玉葱 人参 グリンピース キャベツ トマト缶 ほうれんそう
12	木	肉豆腐 甘酢和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 豆乳餅	米 したらき 油 砂糖 じゃがいも 片栗粉	牛肉 豆腐 油揚げ みそ しいこ 牛乳 豆乳 きな粉	人参 玉葱 ねぎ キャベツ みかん缶 きゅうり	五日卵焼き 菜の花の炒め物 豆乳汁 ★ご飯	米 油 砂糖	卵 したらすし 高野豆腐 ベーコン 豆乳 みそ 豆腐 しいこ	さやいんげん 人参 なばな 玉葱 干し椎茸 ねぎ
13	金	※お別れ遠足※ (お弁当の日)	牛乳 丸ポロ チーズ	まるぼーろ	牛乳 プロセスチーズ		鶏肉の香味焼き 菜の花和え すまし汁 ★ご飯	米 砂糖 油 ごま油 マヨネーズ	鶏肉 みそ はんぺん わかめ こんぶ かつお節	にんにく ほうれんそう しめじ
14	土	塩焼きそば 中華スープ ★ご飯	牛乳 カステラ	米 中華めん 油 ごま油 片栗粉 カステラ	豚肉 卵 豆腐 牛乳	キャベツ もやし 人参 玉葱 にんにく チンゲンツァイ 干し椎茸	親子煮 みそ汁 ★ご飯	米 砂糖 じゃがいも	鶏肉 豆腐 卵 しいこ みそ	玉葱 人参 干し椎茸 ほうれんそう えのきたけ
16	月	はんぺんフライ キャベツの塩昆布和え あずか汁 ★ご飯	牛乳 ふなやき	米 小麦粉 パン粉 油 ごま油 油 じゃがいも 黒砂糖	はんぺん 卵 塩昆布 かつお節 鶏肉 みそ スキムミルク しいこ 牛乳	キャベツ トウモロコシ 人参 玉葱 菜ねぎ	厚揚げ含め煮 ひじきの和風サラダ みそ汁 ★ご飯	米 したらき 砂糖 ごま 油 じゃがいも	厚揚げ 牛肉 鶏肉 ひじき わかめ しいこ みそ	玉葱 人参 ごまつな はくさい
17	火	じゃがいもそぼろ煮 小松菜のサラダ 卵スープ ★ご飯	牛乳 南瓜の蒸しケーキ	米 じゃがいも 油 砂糖 マヨネーズ ごま 片栗粉 小麦粉	鶏ひき肉 ベーコン 卵 わかめ かつお節 こんぶ 牛乳 スキムミルク	玉葱 人参 さやいんげん ごまつな もやし えのきたけ かぼちゃ	ポークカレー コーンスロー ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター 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
18	水	※誕生会※ おひさまたっぷりご飯 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 したらき 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ コーン缶 有塩バター 食パン 砂糖	高野豆腐 鶏肉 えび 卵 牛乳 スキムミルク	切干 しいこ 干し椎茸 人参 ブロッコリー 玉葱 パセリ いちご	鶏南うどん 磯煮 ★ご飯	米 うどん 砂糖 じゃがいも	鶏肉 しいこ 大豆 こんぶ 油揚げ	ごぼう 人参 ねぎ さやいんげん
19	木	厚揚げの中華煮 磯和え かき玉汁 ★ご飯	牛乳 じゃがいもおやき	米 したらき 砂糖 油 ごま油 ごま 片栗粉 じゃがいも 小麦粉	厚揚げ 豚肉 かまぼこ 焼きのり 卵 しいこ 牛乳 スキムミルク プロセスチーズ	人参 玉葱 さやいんげん キャベツ きゅうり えのきたけ チンゲンツァイ	煮魚 小松菜のごま和え みそ汁 ★ご飯	米 砂糖 ごま	さば ツナ缶 油揚げ わかめ しいこ みそ	しょうが ごまつな もやし 人参 だいこん
21	土	和風スパゲティ スープ ★ご飯	牛乳 ビスケット 果物	米 スパゲッティ 有塩バター ハードビスケット	ツナ缶 かつお節 焼きのり 鶏肉 しいこ 牛乳	玉葱 ぶなしめじ えのきたけ だいこん しいたけ 菜ねぎ パナナ	炒り豆腐 中華スープ ★ご飯	米 油 砂糖 ごま油 でんぶ	豆腐 鶏肉 卵 豚肉 わかめ	玉葱 干し椎茸 人参 グリンピース たいのこ もやし はくさい
23	月	ハヤシチュー ひじきサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 おふラスク	米 じゃがいも 油 小麦粉 有塩バター ふ 砂糖	牛肉 ひじき ツナ缶 プロセスチーズ 牛乳	にんにく 玉葱 人参 グリンピース トマト缶 キャベツ ネーブル	豆腐ハンバーグ カミカミサラダ あずか汁 ★ご飯	米 でんぶ 砂糖 油 コーン マヨネーズ	豆腐 鶏肉 ひじき 卵 したらすし 大豆 わかめ みそ 竹輪 しいこ スキムミルク	玉葱 人参 干し椎茸 きゅうり だいこん 人参 ねぎ
24	火	※ぞうりくエント献立※ チキンライス 鶏のから揚げ 拌三絲 コーンスープ	牛乳 クリームケーキ	米 油 小麦粉 有塩バター 春雨 砂糖 ごま油 コーン缶 カステラ	鶏肉 卵 ロースハム 牛乳 スキムミルク	玉葱 人参 しめじ にんにく きゅうり パセリ いちご	けんちんうどん ごまマヨネーズ和え ★ご飯	米 うどん さといも ごま マヨネーズ	鶏肉 しいこ 竹輪	だいこん 人参 干し椎茸 チンゲンツァイ キャベツ きゅうり
25	水	チキンピーズ 鉄分たっぷりサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 ミニドック	米 じゃがいも 油 砂糖 コッペンパン マヨネーズ	鶏肉 大豆 ロースハム ひじき プロセスチーズ	玉葱 人参 トマト缶 グリンピース ほうれんそう パナナ キャベツ	魚のカレームニエル 野菜のみそマヨネーズ和え ミネストローネ ★ご飯	米 小麦粉 油 パター ごま マヨネーズ マカロニ じゃがいも	たら 竹輪 みそ ベーコン	キャベツ たら 玉葱 人参 セロリー にんにく パセリ
26	木	麻婆豆腐 春雨スープ 果物 ★ご飯	牛乳 人参蒸しパン	米 砂糖 ごま油 片栗粉 春雨 小麦粉	豆腐 鶏ひき肉 みそ ベーコン 牛乳 スキムミルク 卵	玉葱 干し椎茸 人参 しょうが はくさい ネーブル レーズン	コーンオムレツ ほうれん草とツナのリー ペーンとじゃがいものスープ ★ご飯	米 コーン缶 油 じゃがいも	卵 スキムミルク ツナ缶 ベーコン	玉葱 ほうれんそう 人参 にんにく だいこん しめじ パセリ
27	金	魚のチリソースかけ 青菜のごま和え みそ汁 ★ご飯	お茶 フルーツコンフ レーク	米 片栗粉 油 ごま油 砂糖 ごま コーンフレーク	赤魚 豆腐 油揚げ しいこ みそ 牛乳	菜ねぎ にんにく しょうが チンゲンツァイ 人参 もやし キャベツ パナナ パイン缶	鶏肉のクリーム煮 ツナサラダ ★ご飯	米 小麦粉 油 コーン缶 バター 砂糖	鶏肉 スキムミルク ツナ缶	玉葱 人参 ブロッコリー チンゲンツァイ もやし
28	土	※卒園式※	お茶 せんべい	せんべい			じゃがいもそぼろ煮 ひじきの酢の物 ★ご飯	米 じゃがいも 油 砂糖 でんぶ こんぶ ごま ごま油	鶏肉 干し椎茸 ハム	玉葱 人参 グリンピース きゅうり
30	月	チキンカレー ハリハリなます 果物 ★ご飯	牛乳 ポップコーン	米 じゃがいも 油 小麦粉 有塩バター はちみつ 砂糖 ポップコーン	鶏肉 牛乳 ひじき 油揚げ	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく 切干 しいこ きゅうり ネーブル	エビフライ 茹でブロッコリー コーンポタージュ ★ご飯	米 パター 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ コーン缶	鶏肉 えび 卵 牛乳	玉葱 人参 グリンピース にんにく ブロッコリー パセリ
31	火	煮魚 蒸し鶏のナムル みそ汁 ★ご飯	お茶 大学芋	米 小麦粉 砂糖 ごま油 油 ごま さつまいも	まさは 鶏肉 厚揚げ しいこ みそ	しょうが もやし きゅうり 人参 かぼちゃ 玉葱	雑菜 みそ汁 ★ご飯	米 油 はるさめ 砂糖	豚肉 卵 しいこ みそ	しょうが キャベツ もやし 人参 干し椎茸 玉葱 ごまつな えのきたけ

※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。